Info aînés Outaouais

TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

Juin 2018

Ce bulletin est consacré à la bientraitance envers les ainés. Un sujet épineux, délicat et envahi par des stéréotypes grotesques. Je ne prendrai pas cet angle pour vous parler des ainés en Outaouais !Au contraire, je veux célébrer l'apport des ainés à la vie sociale, communautaire et économique de notre région, en « bientraitant » nos ainés en soulignant ceux qui se démarquent.

Le 4 juin dernier, la TCARO, à la suite de notre assemblée générale annuelle, a pris le temps de célébrer l'engagement bénévole de sept (7) ainés qui se démarquent et sont un modèle pour nous tous !

Sept (7) personnes qui font une différence !

Ces ainés sont :

**Madame Marie-Laure Lavigne**
Club Vallée d'or FADOQ – St-André-Avelin

**Monsieur Jean-Pierre Thouin**
Académie des retraités de l'Outaouais (ARO)

**Monsieur Rénald Ferland**
Table des ainés du Pontiac (TARP)

**Madame Ginette Pétrin**
Les Diabétiques de l'Outaouais

**Monsieur Richard Matte**
Municipalité de Cantley

**Madame Odette Simard**
Association nationale des retraités fédéraux – Outaouais (ANRF) et FADOQ-région Outaouais

**Madame Charlotte Boucher**
Association des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ)

Ces personnes sont la BIENTRAITANCE incarnée!

Merci à ces personnes d'exceptions !

**L. Pierre Cousineau,** Président

## Arrêtons la maltraitance

### Ensemble, arrêtons la maltraitance des aînés!

La maltraitance des aînés est un sujet encore tabou et il faut briser le silence. Le respect et la dignité sont des éléments essentiels pour le bien-être de toute personne peu importe l'âge. La Société Alzheimer Outaouais défend et reconnaît ces principes par sa mission et ses actions.

Une personne atteinte d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée est d'autant plus vulnérable face à des comportements violents verbaux ou physiques. C'est d'ailleurs dans cette optique que nous offrons de la formation aux proches aidants ainsi qu'aux professionnels qui côtoient ou accompagnent des personnes atteintes. Nous voulons offrir des outils concrets pour diminuer les risques, mieux reconnaître les signes de maltraitance et assurer le mieux possible la sécurité des personnes atteintes. Il suffit parfois de simples gestes ou d'une façon différente d'aborder le quotidien avec une personne atteinte pour provoquer un changement positif.

Les personnes aînées ont souvent peur de dénoncer la violence verbale ou physique qu'elles subissent par peur de représailles. Elles vivent parfois avec un sentiment de honte ou de culpabilité face aux abus. Alors imaginons un peu une personne atteinte qui n'arrive plus à exprimer clairement ce qu'elle vit ou ce qu'elle ressent ou qui ne se souvient plus de la raison de son mal-être. Imaginons sa détresse et sa fragilité émotive. Il faut sensibiliser et éclairer les gens pour être en mesure d'agir dès maintenant et collaborer tous ensemble pour contrer la maltraitance envers les aînés.

Les personnes aînées représentent une partie importante du transfert de l'héritage social et familial si important dans le développement de nos communautés. Ce sont eux qui ont bâti notre patrimoine et façonné notre histoire. Chaque génération construit l'avenir sur le passé de ses aînés, ils sont la somme de tous nos progrès et nous leur devons tout le respect auquel ils ont droit. Nous vieillissons tous, ne l'oublions pas. Ensemble, arrêtons la maltraitance des aînés.

**Société Alzheimer Outaouais**

Info aînés Outaouais

TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

Si vous êtes un lecteur régulier, vous avez pu constater que le bulletin se veut thématique mais pas exclusivement (Voir onglet Le Bulletin sur le site de la TCARO http://www.tcaro.org/le-bulletin/).

Ce bulletin veut souligner entre autres la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes aînées (15 juin). Les membres du comité du bulletin ont demandé aux participants d'aborder le sujet sous l'angle de la bientraitance. Cette notion recouvre un ensemble d'attitudes et de comportements positifs et constants de respect, de bons soins, de marques et manifestations de confiance, d'encoura-gement et d'aide envers des personnes ou des groupes en situation de vulnérabilité ou de dépendance (définition prise dans Wikipédia).

La maltraitance auprès des aînés est un enjeu important : c'est un enjeu de société. Plusieurs organismes ont développé des outils afin d'identifier des situations, trouver des solutions afin d'aider à changer les comportements (Aînés avisés, Guide Prévenir et contrer l'intimidation… même chez les personnes aînées!, Trousse Rejoindre, comprendre et accompagner les personnes aînées isolées socialement, Ligne aide abus, aînés, Programme Sentinelle, etc.). Un souhait : que les organismes travaillent en collaboration afin d'endiguer le fléau de la maltraitance.

Au moment d'écrire ces lignes, le processus pour combler le poste de responsable de la Table de la maltraitance Outaouais suit son cours. J'espère que le poste sera comblé de façon permanente; ceci viendrait aider toutes les actions prises par des organismes dans la région.

En plus de laisser la parole aux organismes, le Bulletin veut être un outil pour que les aînés puissent s'exprimer sur des enjeux qui les touchent de près.

Chers lecteurs et participants, les membres du comité du bulletin tiennent à vous remercier pour votre assiduité à lire ce bulletin et pour votre intérêt. Le bulletin a été cité comme exemple de communication.

Le prochain bulletin sera publié pour la Journée internationale des aînés en octobre prochain.

Je vous souhaite un excellent été.

**Robert Leduc,**
Président du comité du bulletin de la TCARO

## Merci!

Merci à toute l'équipe du bulletin et un très grand merci à vous, lecteurs du bulletin de la TCARO, Infos aînés Outaouais.

L'entreprise Adnetis a souligné le bulletin d'avril comme leur coup de cœur pour le mois d'avril, la qualité du bulletin a été reconnue et citée en exemple. Je me permets de citer :

'…, un véritable bijou de communications pour les aînés et retraités de l'Outaouais, il vise à établir et renforcer les liens entre les diverses associations, les organismes et tous les acteurs du milieu.'

https://www.solutions-emailing.com/i/?id=09vcDkuA4asUAS0o7y6BTgzci14_2f72JQdrfgaBf_2bxSuK7VWWxNvbNtlOHoOtzWUFoOcXLqfick4_3d

Cette reconnaissance entraîne tout de même de très beaux défis de maintien de cette qualité!

Félicitations à toute l'équipe et merci aux lecteurs.

**Robert Leduc**
Président du comité du bulletin

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Réflexion

On ne s'attarde pas assez aux mots. Ils révèlent tellement : l'amour, la haine, la peur, la tendresse, la froideur, la colère, l'indifférence, la tolérance, le sarcasme, la douceur, etc. Les mots d'un fils, d'une amie, d'un médecin, d'une maman, d'une nièce, d'un professeur pénètrent profondément notre cœur et écrivent notre histoire. Ces mots tapissent notre mémoire et nous ramènent sur chacun des pas du chemin parcouru, des influences reçues et des amours vécues. Nous les recevons différemment mais ils suscitent toujours une réaction, une émotion.

Pour moi, la maltraitance commence avec les mots. De dire à un aîné « Tu vieillis mal, regarde toutes ces rides. » Ou encore, « Tasse-toi, je vais le faire, çà ira plus vite. » « Tiens, tes fleurs ne sont pas en pots encore, l'été est pourtant à nos portes et tu n'as que cela à faire », phrases blessantes pour l'aîné.

Ce sont ce que je nomme des phrases assassines. Des mots condescendants, corrosifs. Il en existe des centaines d'exemples. Réfléchissez bien, vous avez peut-être été témoin, ou vous-même avez utilisé ce genre de paroles sans même vous en rendre compte. On se veut parfois stimulant alors que notre vocabulaire nous rend empoisonneur. J'ai trouvé un site qui, ma foi, est assez intéressant où l'on retrouve un texte descriptif La maltraitance 24 mots pour le dire qui nous ramène aux termes justes de bientraitance. (Vous trouverez ce texte, en tapant le titre ci-dessus)

Les mots diffusent qui nous sommes. Les mots sont comme un kaléidoscope d'émotions et nous agitent de multiples sensations. Imaginez ce que l'on fait aux aînés par des mots destructeurs.

Vivez les mots, changez vos mots.

**Sylvie-Anne Gaudreau**
Présidente, AQRP- Outaouais

## Un service du CJPO

**Un service d'information juridique gratuit !**
Au Québec, la situation des aînés est de plus en plus préoccupante. Effectivement, selon le gouvernement du Québec, en 2018, plus de 105 000 aînés québécois seront victimes de maltraitance. Parmi ces personnes, peu seront portées à demander de l'aide, et ce, en raison notamment de la complexité des démarches à entreprendre et de la position vulnérable dans laquelle elles se trouvent. C'est dans ce contexte que le **Centre de justice de proximité de l'Outaouais (CJPO)** peut être utile aux personnes affectées par toute forme de maltraitance, de même qu'à leurs proches. En effet, la mission première du CJPO consiste à transmettre aux citoyens de l'information concernant le système de justice, les outils et les ressources dont ils disposent afin de prendre la meilleure décision possible par rapport à un problème de nature juridique qu'ils peuvent vivre. Ainsi, au CJPO, une victime de maltraitance ou un de ses proches pourra rencontrer un juriste, avocat ou notaire, qui prendra le temps de l'écouter et d'identifier ses besoins juridiques, dans un environnement accueillant et confidentiel. Cette personne pourra recevoir toute l'information juridique pertinente à sa situation et être orientée vers des ressources qui seront susceptibles de l'aider dans ses démarches futures. Par exemple, après avoir expliqué sa situation à un juriste, une victime de maltraitance pourrait se voir offrir de l'information concernant le processus du dépôt d'une plainte à la police ou à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse, sur la manière de préparer une demande aux petites créances, ou concernant des ressources telles que la Ligne Aide Abus Aînés ou le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels.
Par conséquent, le CJPO constitue le point de départ idéal pour une personnes à la recherche de renseignements lui permettant de bien s'orienter face au système de justice québécois et ses diverses composantes.
N'hésitez pas à venir nous voir en cas de besoin!

**Véronic Boyer**
Directrice générale

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Vigilance

Lors de la préparation de la loi 115 sur la maltraitance j'avais présenté un texte: « Santé financière et maltraitance » *(INFO ainés Outaouais TCARO,* mars 2017, p. 7). J'y dénonçais dans des résidences, la recherche d'un gain excessif, (voir aussi : Jacques Cardinal. « Encore des hausses ». *Le Droit*, samedi 17 février 2018).

J'ai consulté la loi 115 sur la maltraitance (adoptée le 30 mai 2017) pour vérifier si une institution, une résidence peut être actrice de maltraitance. Je dois conclure par une réponse positive. Je cite le no 5 du chapitre I : « personne oeuvrant pour l'établissement : un médecin, un dentiste, une sage femme, un membre du personnel, un résident en médecine, un bénévole ainsi que toute autre personne physique qui fournit directement des services à une personne pour compte de l'établissement.» De la dernière partie (toute personne physique […] de cet énoncé, on peut déduire qu'une personne qui exécute, applique les règles, la politique imposée (par les actionnaires, le conseil d'administration, la direction générale) agit au nom de l'établissement et ce dernier en prend la responsabilité, doit en répondre.

On peut penser à un exemple. Une dame subit, une intervention chirurgicale au mois de décembre. Quelque temps après son retour, et à son grand étonnement, elle reçoit des factures concernant **la surveillance post- hospitalisation**. Cette surveillance consiste en une visite, la nuit, pour s'assurer que la patiente est correcte. Ce service n'est pas sur la liste des soins, liste obtenue en janvier 2018. Le médecin peut prescrire ce service. (La résidente a le droit de refuser ce service). La résidente affirme qu'elle ne la jamais demandé. De plus, à sa connaissance, le médecin n'a pas prescrit ce service**. La facturation.** Elle a reçu le 9 févier 2018, une facture avec l'indication «passé dû». Au montant de 134,00$ (5,6$ par visite) pour 25 visites en janvier. Il y a récidive. Elle reçoit le 12 mars 2018, une deuxième facture, avec la mention «passé dû», au montant de $70,80 ($5,9 par visite) pour 12 visites en février. Elle a rencontré la directrice des soins qui lui a dit qu'elle devait payer cette facture. Elle vient de recevoir les deux factures en rappel. Enigme : pourquoi un prix différent par visite. Pourquoi pas de visites en décembre (6 jours) et début janvier (6 jours) lorsque la résidente est revenue chez elle le 26 décembre ? Ces jours sans visites n'étaient-ils pas les plus indiqués pour une visite ? Depuis [...] on attend. Que penser ? Considérant son état physique précaire et son âge respectable, elle n'avait pas à subir tout le stress lié à cette situation. Grâce à la vigilance et aux démarches, bien que pénibles, on va, sans doute éviter une situation pénible de paiement. En la journée mondiale de maltraitance (15 juin), un appel à la vigilance dans l'entourage des personnes âgées est lancé. Il y a matière à réflexions.

**Gustaaf Schoovaerts**, TCARO

### Améliorer la communication

Vendredi le 4 mai 2018 dernier, l'UQO (Chaire interdisciplinaire de recherche en littératie et inclusion), en collaboration avec le CISSS-O et Santé Publique France ont lancé un guide unique à la suite de démarches initiées en Outaouais. Ce guide suggère des recommandations pratiques à tous ceux qui souhaitent concevoir une information accessible à tous. Les suggestions concernent la conception des documents imprimés, la conception et l'utilisation des images, la conception des sites web et des supports numériques et la communication orale.
Voici le lien :
http://w3.uqo.ca/communiquerpourtous

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Vieillissement-bientraitance

Sensible au bien-être de l'ensemble des aînés, la FADOQ Outaouais s'est engagée par ses différents programmes à contrer la maltraitance et promouvoir la bientraitance envers nos aînés. Relativement nouveau, le concept de bientraitance se résume aux actions mises de l'avant pour développer une culture du respect envers nos aînés dans l'objectif ultime de prévenir la maltraitance dont plus particulièrement, les comportements d'âgisme présents dans toutes les sphères de notre société. Dans cette perspective, la FADOQ Outaouais souhaite sensibiliser par son nouveau programme **Dans la peau d'un aîné** le maximum de personnes, et non seulement les aînés, sur les impacts du vieillissement humain.

Tout en étant conscient que les jeunes peuvent être la cible d'âgisme, force est de constater que les aînés le sont davantage. Cela peut se traduire par des actes qui semblent de prime abord anodins, comme se faire klaxonner sur la route, ou se faire appeler« ma p`tite madame» ou «mon p`tit monsieur» ou des préjugés tels que les travailleurs âgés prennent la place des plus jeunes et qu'ils vivent grassement grâce aux contributions des travailleurs plus jeunes. Il faut dire que l`âgisme est trop souvent toléré dans notre société et dans les médias.

Il est bien de rappeler que nos deux nouvelles capsules du programme **aîné avisé** qui traitent d'intimidation sont disponibles. L'intimidation qui constitue une préoccupation pour les différents paliers gouvernementaux et pour la population québécoise. Longuement associée au milieu scolaire, l'intimidation est un phénomène social qui se produit dans l'ensemble de la société. Il faut se rappeler que l'intimidation prend plusieurs formes. Il peut s'agir de paroles blessantes, de gestes méchants, de comportements qui suscitent la frustration. Les aînés ne font pas exception et il faut se rendre à l'évidence que beaucoup d'aînés sont victimes d'intimidation et cela non seulement de la part de leurs proches, mais de la part d'autres aînés. L'intimidation entre aînés se déroule tant au niveau des résidences pour aînés que lors des différentes activités de loisirs. Telles les autres capsules sur l'abus et fraude, ces dernières ont pour objectif de favoriser la discussion et de susciter la réflexion. Tant les séances du programme Aîné avisé que **Dans la peau d'un aîné** sont gratuites et ouvertes à tous. Que vous soyez dans un club d'âge d'or, une résidence pour personnes aînées, une association communautaire ou sportive, un groupe scolaire, communiquez avec le bureau FADOQ au 819-777-5774 pour planifier une rencontre.

**N. B.** : La FADOQ Outaouais est à la recherche **d'animateurs bénévoles** pour ces programmes Dans la peau d'un aîné et Aîné avisé. Vous voulez contribuer à la qualité de vie des personnes aînées et êtes à l'aise à parler devant le public : n'hésitez pas à communiquer avec le bureau régional

**au 819-777-5774**

ou fadoqoutaouais@gmail.com.

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Des étudiants bientraitants

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de l'Outaouais (AQDR Outaouais) a consacré beaucoup de temps et d'énergie à la sensibilisation de la maltraitance dans la région de l'Outaouais. Elle a décidé d'opter à présent pour un projet sur la bientraitance. Rappelons que « la bientraitance vise le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne. Elle s'exprime par des attentions, des attitudes, des actions et des pratiques respectueuses des valeurs, de la culture, des croyances, du parcours de vie, de la singularité et des droits et libertés de la personne aînée [1] ».

L'AQDR a décidé de développer un projet de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes aînées qui vise les étudiants et étudiantes du niveau universitaire, collégial et professionnel qui seront en contact avec des personnes âgées dans leur futur contexte professionnel. Notre but est non seulement de sensibiliser et outiller les futurs professionnels par l'entremise d'ateliers, mais aussi de créer la mise en place d'un volet de bientraitance envers les personnes aînées auprès des établissements scolaires. Ces ateliers seront d'une durée de 60 à 120 minutes et seront offerts dès la session d'automne 2018.

Pour plus d'information, vous pouvez communiquer avec :
**Geneviève Tremblay-Racette**,
Coordonnatrice de l'AQDR Outaouais
819-771-8391 poste 230 ou
aqdr.outaouais.coordination@gmail.com

[1] Ministère de la Famille - Secrétariat aux aînés. (2017). Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées. Québec: gouvernement du Québec p. 38.

## Journée internationale des aînés

**Partenaires pour un mieux-vivre**

La Journée internationale des aînés est un moment privilégié pour souligner la valeur incommensurable des personnes aînées dans notre société. Cette année, le thème « Partenaires pour un mieux-vivre» veut mettre l'accent sur l'importance d'associer les personnes aînées dans les projets et décisions sur les enjeux qui les concernent.

Alors qu'il y a peu de temps, le vieillissement s'accompagnait souvent d'un retrait de la vie sociale; il est maintenant bien documenté et reconnu que les personnes aînées constituent un groupe qui participe grandement à la vie collective.

Les personnes aînées sont une force vive de nos communautés et plusieurs d'entre elles ont une riche expérience de vie, des compétences, des habiletés et l'envie d'apporter leur contribution.

Que ce soit dans la recherche de solutions pour la mise en place de diverses mesures visant à mieux s'adapter au vieillissement de la population, dans les questionnements sur les meilleures pratiques pour la santé des personnes aînées, en ce qui concerne l'adaptation de leur environnement, pour évaluer la qualité et l'accessibilité des soins et services auxquels elles ont droit, pour ajuster l'offre de loisirs, se prononcer sur des enjeux environnementaux et bien plus encore, il est primordial de considérer les personnes aînées comme étant les mieux placées pour exprimer leurs besoins et proposer des solutions.

En cette Journée internationale des aînés, et tout au long de l'année, coopérons dans l'atteinte d'objectifs communs en matière d'amélioration de la qualité de vie des personnes aînées afin d'être de fiers Partenaires pour un mieux-vivre.

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Pierre Cousineau honoré

**Association nationale des retraités fédéraux**
**Prix du bénévolat**

Prix décerné à, un membre de l'Association qui fait preuve d'un engagement remarquable en matière de services à la collectivité, de par ses activités de bénévolat externes à l'Association.

Pierre Cousineau sera reconnu et honoré à titre de bénévole exceptionnel pour son engagement envers l'Association et ses membres, ainsi qu'envers l'ensemble des ainés et retraités des communautés de l'Outaouais et du Québec.

Le prix du bénévolat sera remis à Pierre, lors du banquet de reconnaissance à l'assemblée annuelle des membres de l'Association nationale des retraités fédéraux, le 20 juin 2018.

La candidature de Pierre Cousineau a été présenté par la Section de l'Outaouais; cette candidature a aussi obtenu l'appui de membres de l'Association à travers le Québec, de membres de la Table de concertation des ainés et de membres du Groupe G 15.

Pierre Cousineau est membre de l'Association depuis 1994, il a siégé pendant plus de 7 ans au conseil d'administration (CA) de la section Outaouais, dont 2009 à 2013 en tant que président. Homme d'équipe et qui sait bien déléguer, il a complètement redynamisé le CA de la section dans le but d'attirer plus de bénévoles au conseil, d'améliorer le service aux membres, de promouvoir les adhésions et de redéfinir les outils de communication.

Dans le but d'élargir la gamme de services aux retraités et aînés de l'Outaouais et de faire connaître l'Association, Pierre Cousineau trace les grandes lignes de la participation et de collaboration de la section Outaouais avec la Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais. En 2013, Pierre Cousineau poursuit son œuvre de défense des droits des retraités et des aînés en s'impliquant davantage avec la TCARO. Il continue de participer aux activités de la Section.

Monsieur Cousineau est impliqué à trois niveaux. En premier lieu, il est le président de la TCARO depuis 2014; en deuxième lieu, il est le vice-président de la Conférence des tables régionales de concertation des ainés du Québec et, enfin, il participe au G 15.
En discutant avec des gens de son entourage, on a entendu plusieurs commentaires positifs communs: leadership, visionnaire, entregent, connaissance les dossiers relatifs aux ainés et engagement à trouver des améliorations/ solutions, reconnaissance des gens/bénévoles qui œuvrent avec lui et ouverture d'esprit, sens politique régional et national. À titre d'exemple:
" Le dynamisme de Pierre dans la représentation des enjeux auprès des instances concernées est tout à l'honneur de l'ANRF. Il est une source d'inspiration et un exemple auquel nous pouvons nous référer. Il mérite notre gratitude la plus entière." Jacques Lambert, Directeur, ANRF, District du Québec
" Pierre a le respect et la confiance des membres et est un atout incontournable pour positionner adéquatement les Tables régionales de concertation et la Conférence sur l'échiquier politique et sociale des aînés au Québec." Nicole Bolduc-Dubois, présidente

Toutes nos félicitations à Pierre pour cette reconnaissance par l'Association nationale des retraités fédéraux. Nous te remercions pour le travail accompli et nous t'encourageons à poursuivre ton engagement pour les ainés et retraités de la région et de la province.

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Vivre notre vieillissement

Quand parvient à nos oreilles l'expression de vieillissement, soudainement apparait sur les planches de notre imaginaire une effigie de la vilenie humaine : un être aux cheveux gris, une prothèse dentaire en résine acrylique, un dos courbé tremblant sous le poids d'une existence épuisée; le cheminement des années semble nous mener inévitablement à ce spectre léthargique.

Nous concevons l'âge comme un vague pressentiment de maladie, le flétrissement devient synonyme d'infection sociétale. Par conséquent, nous nous dépêchons d'envoyer nos aînées à une «zone de quarantaine». Nous entassons cette horde de retraités dans des résidences oubliettes ou des hospices sous-subventionnés. Nous condamnons la vieillesse à l'oubli. J'ai lu récemment que les personnes âgées vivent dans une «ségrégation artificielle», que nous avons construit une culture de dénigrement de l'ascendance. Une étude conduite au Missouri démontre que la majorité de la population discrimine les personnes âgées.

Cette attitude négative conduit nécessairement à une suite de conséquences sociales et économiques : un aîné sur cinq au Québec vit actuellement en situation d'isolement et ceux-ci, en raison de cette même solitude, voient leur chance de progression sociale diminuée et leur possibilité de déclin cognitif augmenter. Par contre, même si cette situation semble s'apparenter au désastre, des écrits récents nous présentent une issue possible.

Une recherche établie à l'Université du Texas à Austin démontre qu'il existe une corrélation entre l'attitude positive des jeunes envers le vieillissement et leur connaissance du phénomène. La même étude confirme aussi que si un enfant entretient une relation avec ses grands-parents sur une base quotidienne, celui-ci affichera une attitude positive envers les aînées. Les recherches récentes concernant le vieillissement présentent toute la même solution pour sortir de notre impasse actuelle : l'élimination de la «ségrégation» contemporaine des aînées passera à travers de meilleures relations intergénérationnelles.

À travers le monde surgissent des initiatives visant à valoriser les liens entre les âges. À Cleveland en Ohio, on monte des écoles intergénérationnelles où les élèves et les anciens de la population locale peuvent interagir à travers des activités de lecture, des ateliers d'expression artistique et des périodes de jardinage. À l'université de Havard à Boston, un groupe d'universitaires introduisent dans les hôpitaux de la région des studios de création musicale mettant à contribution à la fois l'imagination des plus jeunes et la voix des résidents vieillissants. Dans la ville de Jinja à l'Uganda, le maire décrète que les aînées forment une «communauté de savoir» et utilise leur connaissance dans des groupes de consultation intergénérationnelle visant à résoudre les problèmes climatiques de la municipalité.

Nous devons nous inspirer de ces initiatives afin de permettre l'émergence de nouvelles relations entre les âges et attaquer efficacement les préjugés qui nuisent grandement à notre solidarité et à la santé de nos aînés. Il est désormais grand temps de réaliser que l'abandon de nos aïeux entraîne aussi le renoncement de notre futur. Pour des décennies, nous nous sommes concentrés sur cette seule question «comment vivre le plus longtemps possible?». Désormais, l'urgence nous amène à nous interroger sur *comment* vivre le vieillissement de notre société.

**Alexandre Michaud**
Étudiant-stagiaire à la TCARO

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Tomber en enfance

Sous plusieurs aspects, en 2018, on peut trouver des points communs aux aînés et aux enfants. À une époque où on évalue les personnes à leur utilité économique, les futurs travailleurs et ceux qui l'ont été se retrouvent dans un no man's land peu intéressant. Les vieux comme les jeunes sont considérés comme des adultes en moins. On ne les voit pas comme des êtres humains à part entière et qui en sont à un moment de leur vie où ils peuvent contribuer à la société de façon bien spécifique. Dans la cité moderne, ils ont un avenir ou un passé mais sont sans présent. Au besoin, pendant que les personnes importantes et utiles travaillent ils sont « placés » en attente pour une vie ou un monde meilleur dans les garderies avec des amis ou en résidence avec des zombies.

Les enfants et les vieux coûtent cher en taxes et en impôts selon ceux qui oublient que les vieux ont déjà payé des taxes et des impôts et continuent même d'en payer comme les citoyens «normaux». On peut penser aussi que les enfants n'éviteront pas de faire leur juste part car même si l'argent papier vient à disparaître l'impôt va survivre.

Notre époque valorise la productivité et la vitesse. Un moment de l'histoire humaine difficile pour les enfants et les vieux. Heureusement il y a les marchettes, les poucettes et les chaises roulantes qui permettent de sauver du temps. La marche lente a un coût qui défie l'acceptabilité sociale et un environnement d'abord pensé pour la vie en accéléré. « Time is money » disent les banquiers et les partisans de l'austérité.

De toute évidence il faut suivre la tendance. Faut prendre vieux et petits en charge. Ils sont chanceux car on sait ce qui est bon pour leur bien. Ça évite de perdre ce précieux temps en discussion et en consultation. Memérages, zigonnage et tataouinage ne sont pas utiles à cet âge, oublions l'accompagnement, bougeons et dirigeons. La surprotection n'est pas un problème mais une vertu quand des êtres fragiles et à risques sont sous notre responsabilité. On manque de temps, donc au moindre malaise on agit : pilules pour les ralentir ou les activer, alimentation équilibrée et sans sucré. Au dodo au plus tôt ça nous permet de terminer notre boulot en toute tranquillité. Malheureusement on néglige peut-être le moment présent. On a souvent tendance à avoir hâte que les petits deviennent plus vieux tout en infantilisant les « vieux ».
Curieusement, les enfants et les aînés réussissent habituellement à bien vivre ensemble car ils découvrent eux aussi qu'ils ont plusieurs points communs qui font leur bonheur.

**Denis Carrier**
18 mai 2018

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Gratitude

Le 25 octobre dernier 2017, je célébrais le 50ème anniversaire de mon arrivée à Alma, Lac-St-Jean (Québec, Canada).

Le premier sentiment qui m'est venu est l'immense gratitude. Je dois des remerciements à toutes ces personnes qui nous ont accueillis à un moment pénible de notre vie : une réorientation dans mon existence. Mon immigration m'a permis de réussir ma vie familiale, professionnelle, sociale, naturellement parsemée d'inévitables impondérables.

J'ai jugé que c'était le temps d'une évaluation de ce séjour de 50 ans. Mon inculturation a-t-elle réussi : mon statut de Québécois (Canadien), mon identité comme immigrant allophone ? Je me permets quelques considérations.

Une première tentative en ce sens a été enregistrée par Peter Verlinden. Lors de notre rencontre à Cantley le 2 juillet 1999, ce dernier était directeur de la rédaction des nouvelles à la télévision flamande. Il a publié un rapport de voyage intitulé : Québec (Leuven, Davidsfonds/Leuven, 1999, 260 p.). Ce livre parle de la façon des immigrants flamands de vivre au Québec. Dans le chapitre 4, sous le titre Flamand, Québécois, Canadien, il relate une partie de notre conversation. Je traduis librement et d'une façon interprétative quelques lignes.

« Gustaaf Schoovaerts parti de son village de Keerbergen comme Flamand engagé, développé comme Québécois convaincu, s'est engagé, après plus de trente ans de carrière dans l'enseignement, à une exploration de son identité. À la fin de notre long entretien, il répond à notre question comment il voit la relation entre le Canada et le Québec. Dernièrement, ma fille aînée me lance : " Papa, disait-elle, si tu n'es pas pour le Québec, tu as laissé tomber les Flandres."

" Comment? lui ai-je demandé. Ce n'est pas une question de langue mais de culture (en français dans le texte).[...]. Nous ne pouvons pas permettre que la culture du Québec soit exterminée. " J'ai été extrémiste pour les Flandres et pour le Québec. Mais après tant d'années, beaucoup de choses ont changé : différentes cultures et religions. On le voit bien à Montréal. Il y a la minorité visible : des noirs, des asiatiques, des latinos, des Européens du sud, des Arabes [...].Et si j'ouvre la bouche, j'appartiens à la minorité audible. [...]. Et je n'ai pas encore parlé des indiens et des Inuits qui sont oubliés et c'était pourtant leur pays. »

Jusque-là cet extrait. Maintenant, ce dernier temps, quelques lectures et évènements m'ont laissé perplexe. Cette situation m'incite à réévaluer mon identité. Mais ce qui ne changera pas, c'est ma reconnaissance envers tous ces gens qui nous ont reçus dans cette terre d'accueil.
(à suivre)

**Gustaaf Schoovaerts**, UQO

Info aînés Outaouais
TCARO
Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais

## Recrutement pour le bulletin

Les responsables du comité du bulletin sont à la recherche de personnes aînées bénévoles afin de compléter l'équipe du bulletin, *Info aînés Outaouais*, de la TCARO.

Le but du bulletin est d'établir et de renforcer les liens entre les associations pour personnes aînées, les Tables locales de concertation des aînés, les organismes ainsi que tous les acteurs œuvrant auprès des aînés.

Ce comité a un rôle d'ambassadeur de la TCARO. Le Bulletin s'adresse dans un premier temps aux organismes qui traitent avec les personnes aînées.

Ce comité relève du conseil d'administration de la TCARO. Pour plus d'Information concernant la TCARO, svp consulter le site Web : http://www.tcaro.org/

Les membres de l'équipe du bulletin se rencontrent 4 fois par année quelque temps avant la parution du bulletin. Les rencontres ont lieu au 180 boul. du Mont-Bleu à Gatineau. Le bulletin paraît à la fin janvier, vers le 15 avril, vers le 15 juin et vers le 1er octobre. Étant donné que les articles proviennent d'aînés, de représentants d'organismes membres de la TCARO et de partenaires de celle-ci, le but du comité est d'analyser les résultats statistiques du bulletin paru, de donner une direction pour le prochain bulletin, de participer, au besoin, aux décisions éditoriales du bulletin, et d'améliorer le bulletin. Votre participation vous demandera environ 2 ou 3 heures de votre temps par parution.

Si vous êtes une personne intéressée, svp soumettre votre nom à Marc Desjardins, directeur général, par courriel à l'adresse suivante : dg@tcaro.org

Merci pour votre intérêt

**Robert Leduc**
Président du comité du bulletin.

**Pour vous abonner au bulletin :**
**(819) 771-8391 Poste 232**
bulletin@tcaro.org

## Vos idées sur l'État du Québec

**Vos idées pour la prochaine édition de *L'état du Québec***

Afin de rendre la démarche de conception de *L'état du Québec* plus participative, l'équipe de l'Institut du Nouveau Monde (INM) invite ses membres, les représentants des médias, les élus et les chercheurs et experts à réfléchir au contenu de la 23e édition de l'ouvrage, qui sera en librairie à l'automne 2018.

Soumettez vos idées en participant à une consultation en ligne sur le contenu du livre. Préalablement, l'équipe de l'INM a réfléchi à une soixantaine de grandes thématiques qui pourraient être abordées dans *L'état du Québec 2019*. Nous vous invitons à les prioriser et à nous faire vos propositions!

L'objectif est de rassembler des contenus originaux, pertinents, et qui permettront aux lectrices et aux lecteurs d'avoir un éclairage nouveau sur les enjeux qui marqueront le Québec en 2019.

Consultation en ligne

Donnez votre avis sur le contenu de la prochaine édition de L'état du Québec avant le 26 mars 2018 en vous rendant au www.letatduquebec.com/vosidees

**Soumettez vos idées »**

Merci de contribuer à faire de *L'état du Québec* un ouvrage incontournable pour comprendre les enjeux actuels. Vos commentaires et suggestions de contenus ou d'experts sont les bienvenus.

**La mission** de la TCARO consiste à permettre aux aînés et retraités de bénéficier d'un lieu régional d'échanges, de concertation et de partenariat afin d'être en mesure d'unir leur voix pour mieux faire connaître leurs besoins et dégager les enjeux relatifs aux aînés et aux retraités de l'Outaouais

**Note :** Dans ce numéro, le genre masculin est utilisé pour alléger le texte, et ce, sans préjudice pour le genre féminin.