



TCARO

Table de concertation des aînés
et retraités de l'Outaouais

OUTAOUAIS

VIEILLIR ET VIVRE ENSEMBLE (VVE)

2018-2022

SEPTEMBRE 2018

PORTRAIT DES AINÉS

Un Québec pour tous les âges

QUELQUES STATISTIQUES :

PROPORTION DES AÎNÉS DE 65 ANS ET PLUS AU QUÉBEC

1961 : 5,8 %

2017 : 18,5 % (En Outaouais 15,76%, soit 61 915 ainés)

2031 : 25,2 %p 2061 : 28,5 %p

NOMBRE DE PERSONNES CENTENAIRES

2017 : 1 700 (dont 91 % de femmes), dont 45 à Gatineau

2036 : 7 000p

2061 : 33 600p

ESPÉRANCE DE VIE

EN 2017

À la naissance : Femme : 84,5 ans Homme : 80,6 ans

À 65 ans : Femme : 22,4 ans Homme : 19,6 ans

LES FEMMES ÂGÉES, PLUS NOMBREUSES ET MOINS FORTUNÉES

- 55 % des personnes âgées de 65 ans et plus sont des femmes.
- Le revenu moyen disponible des femmes âgées correspond à 70,4 % du revenu moyen des hommes âgés, soit 24 100 \$ pour les femmes et 34 300 \$ pour les hommes.

LE DÉPART À LA RETRAITE

- L'âge moyen du départ à la retraite est de 63,1 ans pour les hommes et de 61,4 ans pour les femmes.

LE BÉNÉVOLAT AU CŒUR DE LA PARTICIPATION SOCIALE

- Les bénévoles de 55 ans et plus ont consacré 105,8 millions d'heures au bénévolat en 2013, au Québec.
- Les bénévoles de 55 ans et plus représentent un peu plus du quart des bénévoles au Québec.
- Les principales motivations à faire du bénévolat pour les 55 ans et plus sont, en ordre, contribuer à la communauté, mettre à profit ses compétences et son expérience, être personnellement touché par la cause que soutient l'organisme et améliorer son bien-être ou sa santé

DES TRAVAILLEURS EXPÉRIMENTÉS SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL

- Le taux d'activité des personnes âgées de 60 ans et plus se situe à 28 % pour les hommes et à 16 % pour les femmes.
- Le taux d'emploi des personnes de 60 ans et plus était de 10,3 % en 1997, il se situait à 20,1 % en 2017.

LA PROPORTION D'AÎNÉS PLUS GRANDE DANS LES PETITES MUNICIPALITÉS

- Les municipalités de moins de 1 000 habitants (49 % des municipalités) ont la plus forte proportion d'aînés (22,1 %) et la plus faible proportion de jeunes (19,6 %).
- En Outaouais, 43,95% des personnes ont plus de 55 ans dans la Vallée-de-la-Gatineau, 42,95% dans la MRC du Pontiac et 46,32% dans la MRC de Papineau. À Gatineau, 27,86% des personnes ont plus de 55 ans contre 28,84% dans la MRC Collines-de-l'Outaouais.

VIEILLIR CHEZ SOI, LE PREMIER CHOIX

- La majorité des aînés québécois vieillissent actuellement chez eux :
 - › Un peu plus de 96 % des aînés sont propriétaires de leur domicile ou locataires d'un logement, notamment dans les résidences privées pour aînés (RPA), les coopératives et les organismes sans but lucratif (OSBL) d'habitation.
 - › Le taux d'hébergement de longue durée, soit dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), des personnes âgées de 65 ans et plus est inférieur à 3 %.

L'AUTOMOBILE, PRINCIPAL MODE DE TRANSPORT DES AÎNÉS

- Le nombre de titulaires de permis de conduire âgés de 65 ans et plus ne cesse d'augmenter :
 - › De 1978 à 2016, ce nombre est passé de 152 000 à plus d'un million.
 - › Il est estimé qu'en 2030, les aînés titulaires de permis seront 1,5 million.

BOUGER POUR RESTER ACTIF ET EN SANTÉ

- Un peu plus de la moitié (54,5 %) des personnes âgées de 65 ans et plus pratiquent, durant leurs loisirs, une activité physique de 30 minutes d'intensité modérée au moins quatre fois par semaine.
- Les personnes âgées de 65 ans et plus vivant en milieu urbain sont proportionnellement plus nombreuses à pratiquer une activité physique de 30 minutes au moins quatre fois par semaine dans leurs loisirs que celles vivant en milieu rural (56,9 % contre 46,2 %).

QUELQUES DONNÉES SUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS

- 55 % des proches aidants d'aînés sont âgés de 45 à 64 ans, et la plupart sont des femmes.
- 64 % des proches aidants d'aînés consacrent cinq heures par semaine ou moins à la personne aidée.
- Plus de 20 % des proches aidants d'aînés fournissent de l'aide et de l'accompagnement à la personne aidée plus de dix heures par semaine.
- Le transport (80 %), la préparation des repas (49 %) et l'entretien du domicile (44 %) sont les types de soutien les plus souvent offerts par les proches aidants d'aînés.

- Plus de la moitié (56 %) des proches aidants d'aînés occupent un emploi.
- Près d'un proche aidant d'aînés sur deux (42 %) affirme ressentir du stress en lien avec ses responsabilités d'aidant.

ACTIONS QUI CONCERNENT LA TCARO

P. 37 : Choix stratégique 1

Mettre en valeur et soutenir l'engagement citoyen, social et professionnel des personnes âgées

La reconnaissance de l'apport des aînés à la société qu'ils contribuent à bâtir ainsi que la valorisation de leur pouvoir d'agir constituent des outils importants pour lutter contre les préjugés associés à l'âge, en plus de se révéler une source d'inspiration pour les aînés eux-mêmes.

Pour que ces personnes sentent qu'elles ont toujours leur place dans le Québec d'aujourd'hui et de demain, un appel à toutes les sphères de la société est nécessaire afin de les appuyer dans leur engagement citoyen, social et professionnel.

Entre autres, cet appui passe par le maintien de lieux régionaux d'expression et de concertation où les aînés peuvent échanger et prendre part activement à la recherche de solutions afin de toujours mieux vieillir et vivre ensemble.

Il implique aussi l'instauration des conditions propices à l'engagement bénévole, l'une des formes de participation sociale les plus pratiquées par les aînés désireux de s'investir dans les causes qui leur sont chères.

P. 38

Les tables régionales de concertation des aînés : des lieux d'échanges essentiels

Présentes dans 18 régions et financées par le gouvernement du Québec, les tables régionales de concertation des aînés (TRCA) sont des organismes sans but lucratif qui regroupent les organismes représentatifs des aînés de leurs régions respectives. Elles s'expriment d'une seule voix auprès du gouvernement, par l'entremise de la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec (CTRCAQ).

Les TRCA collaborent notamment avec les instances municipales, régionales et gouvernementales dans la planification des politiques et des interventions favorisant la qualité de vie des aînés.

À ce titre, elles participent, entre autres, aux démarches des MADA, à la sélection des projets locaux et régionaux financés par le programme Québec ami des aînés (QADA) ainsi qu'à l'organisation d'activités soulignant la Journée internationale des aînés.

Les TRCA sont également engagées dans la sélection des candidatures au Prix Hommage Aînés. Ce prix gouvernemental est décerné depuis 1999 à une personne aînée qui, dans chaque région, se distingue par son implication bénévole exceptionnelle dans son milieu. La remise de ce prix est plus qu'une simple cérémonie, c'est l'occasion privilégiée de saluer l'engagement de femmes et d'hommes aux parcours inspirants.

P. 39

Pour mettre en valeur et soutenir l'engagement citoyen, social et professionnel des personnes aînées, les mesures suivantes sont prévues :

2	Promouvoir la Journée internationale des aînés dans toutes les régions du Québec	Famille-SA CTRCAQ et TRCA	2018-2023
3	Poursuivre la réalisation du Prix Hommage Aînés visant à reconnaître l'engagement des personnes qui contribuent à l'amélioration des conditions de vie des aînés	Famille-SA CTRCAQ et TRCA	En continu
4	Assurer le maintien des activités de concertation des TRCA et de coordination de la CTRCAQ	Famille-SA CTRCAQ et TRCA , organismes régionaux et locaux	En continu

P. 40

Un événement à célébrer : la Journée internationale des aînés

La Journée internationale des personnes aînées a été proclamée par l'Organisation des Nations Unies en 1990. Elle se veut un moment annuel de réflexion sur les questions entourant les droits des aînés et les principes qui y sont rattachés, soit l'indépendance, la participation, l'épanouissement personnel et la dignité. Elle permet également de promouvoir la solidarité entre les générations.

Au Québec, cette journée a pris le nom de Journée internationale des aînés. Elle est soulignée annuellement par des activités organisées dans toutes les régions du Québec le 1er octobre. Au nombre des thèmes abordés :

- l'apport essentiel des personnes aînées au développement de la société québécoise;
- les bienfaits de promouvoir le vieillissement actif;
- la nécessité d'être à l'écoute des aînés et de les impliquer dans toutes les décisions qui les concernent, pour mieux adapter les milieux de vie à leurs besoins et favoriser leur pleine participation sociale.

Mécanismes de suivi, de concertation et d'évaluation

Une vision partagée, la mise en commun d'expertises, la cohérence des interventions, la concertation des acteurs et la révision des façons de faire sont au cœur des changements nécessaires pour faire face au défi démographique.

Ainsi, la mise en œuvre du plan d'action 2018-2023 Un Québec pour tous les âges prévoit un processus de consultation et de concertation en continu des acteurs engagés dans l'amélioration des conditions de vie des aînés.

Le Secrétariat aux aînés du ministère de la Famille et le ministère de la Santé et des Services sociaux sont les deux instances coordonnant la politique gouvernementale Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec et veillant à la mise en œuvre du plan d'action 2018-2023 Un Québec pour tous les âges. Ils sont appuyés par les ministères et les organismes gouvernementaux qui mettent en œuvre les mesures prévues, et tous sont réunis au sein d'un comité interministériel. Un suivi annuel permettra d'apprécier la progression de la réalisation des mesures proposées par ces ministères et organismes. Un bilan sera réalisé au terme du plan d'action.

En parallèle, des rencontres régionales seront organisées, notamment avec le concours des tables régionales de concertation des aînés, pour demeurer à l'écoute des préoccupations et des solutions concernant le mieux-être des aînés.