



## Participation sociale des aînés

La parole aux aînés  
et aux intervenants



## **AUTEURS**

Émilie Raymond  
Université McGill  
Institut national de santé publique du Québec

Andrée Sévigny  
Centre d'excellence sur le vieillissement de  
Québec du Centre hospitalier *affilié*  
universitaire de Québec  
Institut sur le vieillissement et la participation  
sociale des aînés de l'Université Laval

André Tourigny  
Institut national de santé publique du Québec  
Centre d'excellence sur le vieillissement de  
Québec du Centre hospitalier *affilié*  
universitaire du Québec  
Faculté de médecine de l'Université Laval

## **GROUPE D'ACCOMPAGNEMENT**

Lise Cardinal  
Agence de la santé et des services sociaux de  
la Capitale-Nationale/Direction de santé  
publique  
Faculté de médecine de l'Université Laval  
Centre hospitalier *affilié* universitaire de  
Québec

Solange Proulx  
Centre d'excellence sur le vieillissement de  
Québec du Centre hospitalier *affilié*  
universitaire de Québec  
Institut sur le vieillissement et la participation  
sociale des aînés de l'Université Laval

## **CITATION SUGGÉRÉE**

Raymond, É., Sévigny, A. et Tourigny, A. (2012). Participation sociale des aînés : la parole aux aînés et aux intervenants. Institut national de santé publique du Québec, Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale et Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec du Centre hospitalier *affilié* universitaire de Québec, 53 pages.

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.*

*Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante : <http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : [droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca](mailto:droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca).*

*Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.*

DÉPÔT LÉGAL – 4<sup>e</sup> TRIMESTRE 2012  
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC  
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA  
ISBN : 978-2-550-65058-4 (VERSION IMPRIMÉE)  
ISBN : 978-2-550-65059-1 (PDF)

©Gouvernement du Québec (2012)

Judith-Rose Maltais  
Agence de la santé et des services sociaux de  
la Capitale-Nationale/Direction de santé  
publique

## **AVEC LA COLLABORATION DE**

Mélanie Levasseur  
Centre de recherche sur le vieillissement du  
Centre de santé et de services sociaux de  
l'Institut universitaire de gériatrie de  
Sherbrooke  
Faculté de médecine et des sciences de la  
santé de l'Université de Sherbrooke

## **MISE EN PAGES**

Isabelle Cliche  
Institut national de santé publique du Québec

## **CONCEPTION ET RÉALISATION DE LA PAGE COUVERTURE**

Jean-Louis Bouillon  
Agence de la santé et des services sociaux de  
la Capitale-Nationale/Direction de santé  
publique

Nathalie Hudon  
Institut national de santé publique du Québec

Lucie Chagnon, designer graphique

## REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier le Programme de subvention en santé publique (PSSP), l'ensemble des participants et des participantes ayant pris part à l'un des treize groupes de discussion, ainsi que les personnes qui ont soutenu nos efforts de recrutement pour la formation des groupes.



## AVANT-PROPOS

La notion de participation sociale est devenue une notion phare guidant réflexions et décisions dans le champ gériatrique. À l'échelle internationale, un consensus s'est développé dans la foulée de la Deuxième assemblée mondiale sur le vieillissement, tenue à Madrid en 2002, quant à l'importance de soutenir la participation des personnes âgées à la vie collective. Au Québec, le ministère de la Famille et des Aînés en a fait l'un des piliers de son approche du vieillissement actif, tandis que l'Institut national de santé publique du Québec la considère comme l'un des déterminants d'un vieillissement en santé.

Devenue la pierre d'assise des politiques publiques dirigées vers les aînés, la participation sociale bénéficie d'une approbation unanime. Partout, il est jugé crucial de favoriser les comportements participatifs des aînés. Cependant, derrière cet assentiment se profilent des questionnements de fond souvent négligés : que signifie participer socialement? Peut-on identifier ce qui constitue ou non de la participation sociale? Cette dernière est-elle un choix, un outil ou une norme? Les aînés ont-ils également accès aux occasions et aux milieux de participation?

En 2009, les auteurs du présent rapport de recherche ont publié les résultats d'une recension d'écrits scientifiques portant sur quatre dimensions de la participation sociale des aînés : les différentes définitions données à ce concept, les liens entre la participation sociale et la santé des aînés, les facteurs influençant les attitudes et les conduites de ces derniers en matière de participation, ainsi que les interventions évaluées visant à l'encourager. Si ces travaux ont pu contribuer à une compréhension globale et critique des enjeux entourant la participation sociale des aînés, il reste que peu de place était laissée aux voix des personnes âgées.

C'est pour corriger cette lacune qu'une deuxième démarche de recherche a été réalisée. Plus de 100 personnes, aînés et intervenants travaillant avec ou pour eux, ont été réunies dans le cadre de groupes de discussion pour partager leurs opinions, leurs expériences et leurs aspirations en matière de participation sociale. S'il peut sembler incontournable, intégrer le point de vue des aînés au cœur d'une étude menée sur leur participation est encore une exception. Il nous appartient maintenant de transposer ces résultats en actions, afin que la volonté de favoriser la participation sociale des aînés soit ancrée dans une lecture attentive de leurs besoins et de leurs visions, ainsi que dans la prise en compte de leurs conditions de vie et de la diversité des contextes participatifs.



François Desbiens  
Directeur régional de santé publique  
de la Capitale-Nationale



Luc Boileau  
Président-directeur général  
Institut national de santé publique du Québec



Pierre Durand  
Directeur scientifique  
Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec



René Verreault  
Directeur  
Institut sur le vieillissement et la participation  
sociale des aînés de l'Université Laval



## RÉSUMÉ

La participation sociale est centrale dans les recherches, dans les politiques sociales et dans les interventions relatives aux aînés. Cette notion nous incite à réviser nos représentations du vieillissement, laissant poindre de nouvelles significations et attentes. Être (mis) en retrait de la société pour des motifs d'âge apparaît désormais comme un anachronisme, alors qu'une large proportion des aînés peut et souhaite formuler divers « projets de vie ». Leurs contributions sociales font l'objet d'une reconnaissance unanime, sont jugées indispensables pour différentes sphères d'activité, notamment bénévoles. Si l'on peut reconnaître le potentiel de mobilisation offert à la gérontologie par la participation sociale, il est en même temps primordial de permettre aux aînés et aux personnes qui interviennent auprès d'eux d'articuler leurs propres visions en la matière.

Le présent rapport présente les résultats de treize groupes de discussion menés dans la région de la Capitale-Nationale afin d'explorer le sujet de la participation sociale des aînés. L'objectif de cette recherche était de donner la parole aux aînés et aux intervenants interpellés par la participation sociale, et ce, dans le but de nourrir des actions qui soient adaptées aux conceptions et aux besoins exprimés. Trois questions principales ont animé la recherche : comment des aînés et des personnes qui travaillent avec/pour eux conçoivent-ils la notion de participation sociale? Qu'est-ce qui influence la participation sociale des aînés? Quelles interventions pourraient être proposées pour encourager cette participation sociale? Afin de reconnaître la diversité des opinions et des expériences, une attention particulière a été portée au recrutement de participants au profil varié. Par exemple, un groupe était formé d'aînés bénévoles dans différentes organisations, alors que d'autres étaient formés d'aînés fréquentant un centre de jour, d'aînés ayant une déficience intellectuelle, etc. Du côté des intervenants, nous avons réuni des personnes œuvrant dans les établissements du réseau de la santé et des services sociaux, dans des organismes communautaires, ou encore dans des instances de concertation. Au total, plus d'une centaine de personnes ont pris part à la recherche.

En ce qui concerne le premier objectif des groupes de discussion — c'est-à-dire examiner de quelles façons les participants voyaient ou définissaient la participation sociale —, les résultats ont été classés dans six catégories non mutuellement exclusives. Ainsi, les membres des groupes de discussion parlaient de la participation sociale comme une pratique permettant de :

- Voir du monde et développer des relations significatives;
- Vivre des activités plaisantes en groupe;
- S'impliquer dans un projet collectif;
- Aider et s'entraider;
- Transmettre des savoirs;
- Augmenter leur pouvoir dans les décisions qui les concernent.



Ces six dimensions ou expériences de la participation sociale sont présentées sous la forme d'une mosaïque. On pourrait aussi parler des « ingrédients » d'une participation sociale satisfaisante. Toutes les composantes apparaissent centrales tout en n'étant ni individuellement obligatoires, ni positionnées hiérarchiquement les unes par rapport aux autres. Cela permet de valoriser la pluralité des visions de la participation sociale, ainsi que de mettre l'emphase non pas sur une norme ou une contribution attendue des aînés, mais plutôt sur les manières dont ils peuvent et veulent participer.

Par rapport au deuxième objectif des groupes de discussion, qui entendait discerner les facteurs qui contribuent à favoriser ou à freiner la participation sociale des aînés, les résultats ont été classés en trois grandes catégories :

*Les facteurs organisationnels concernent l'aménagement, la structure et les activités des milieux de participation.* Parmi ces facteurs, on retrouve l'accueil offert aux personnes les fréquentant; la place laissée à la liberté de choix et d'action des individus; les potentiels obstacles à l'accès, qu'ils soient architecturaux, économiques ou culturels; ainsi que les moyens par le biais desquels les informations sont transmises.

*Les facteurs sociaux réfèrent aux diverses dimensions de la vie en société, notamment démographiques, économiques, politiques et culturelles.* Ces dimensions ont trait aux transformations démographiques et à l'éventail des images et idées reçues qui les accompagnent; aux rapports entre les différentes générations; ou encore aux pratiques âgistes qui peuvent mener à stéréotyper et à discriminer les aînés.

*Les facteurs individuels traitent des éléments relatifs au parcours de vie, à la personnalité et aux choix et préférences des individus.* On peut nommer les expériences de vie antérieures ou concomitantes à la période de la « vieillesse »; les valeurs et les attitudes quant au rôle social des aînés; la trajectoire du projet personnel de « retraite »; et enfin, l'harmonisation entre divers types d'engagements et d'obligations.

Bien qu'ils soient présentés sous la forme de catégories, il s'avère opportun de ne pas prendre isolément ces facteurs et de les traiter de manière circulaire. Chacun a, en effet, des dimensions ou des implications individuelles, organisationnelles et sociales. Ce constat nous rappelle qu'au-delà d'une valorisation unanime et non différenciée de la participation sociale, il est essentiel de comprendre que tous n'ont pas les mêmes possibilités, conditions et aspirations envers elle. Plus qu'une « liste d'épicerie », il faut voir dans ces résultats des points d'appui pour la réflexion, une sorte de grille de lecture et d'analyse d'un milieu, d'un groupe ou d'une personne par rapport à la participation sociale.

À l'égard du troisième objectif de la recherche, l'identification d'actions pour favoriser et mieux soutenir la participation sociale des aînés, des pistes nombreuses et variées ont été suggérées. Sur le plan de l'organisation des milieux de participation, il pourrait être judicieux d'offrir un suivi individualisé pour accompagner les aînés dans leurs choix de projets ou d'activités de retraite. Il serait aussi essentiel d'encourager les milieux de participation à être plus respectueux des situations de vie et des désirs des aînés, notamment en accroissant l'accessibilité des espaces participatifs pour les aînés ayant une limitation physique et en

s'assurant que les horaires correspondent aux disponibilités des gens. Il paraît également crucial d'assurer l'accès à une information appropriée et compréhensible, ainsi que de construire des collaborations fructueuses entre établissements et organismes d'action communautaire autonome. Les pistes d'action sociales interpellent des changements quant aux rapports entre les citoyens. Elles nous rappellent que si la volonté de favoriser la participation sociale des aînés peut se traduire par des politiques, des programmes et des interventions, elle ne peut faire l'économie d'une transformation en profondeur des relations entre les différents groupes sociaux et générations. Il apparaît indispensable de lutter contre l'âgisme, de métamorphoser notre rapport collectif à la vieillesse, ainsi que de multiplier les initiatives intergénérationnelles et interculturelles afin d'assurer la « mixité » des lieux de participation. En matière d'intervention individuelle, on souligne l'importance de développer des façons novatrices pour contacter des aînés plus « isolés », de transmettre chez davantage de personnes le souci d'engagement social, ainsi que de soutenir le partage de pouvoir et l'instauration de structures démocratiques dans les milieux de participation sociale.

Ces résultats offrent des repères pour l'action et l'occasion de considérer simultanément plusieurs interfaces d'intervention permettant d'augmenter l'efficacité des actions menées. Par exemple, intervenir avec un angle individuel sans repenser certains aspects des organisations ou sans intégrer des dimensions d'ordre sociétal risque de mener à des changements de brève durée et de courte portée. À l'inverse, approcher la participation sociale des aînés dans une perspective uniquement structurelle, essentiellement centrée sur des aspects organisationnels et culturels, pourrait faire oublier que les réalités et les représentations individuelles sont des incontournables qui doivent faire l'objet d'une attention particulière.

Les résultats présentés dans ce rapport de recherche pourront inspirer les personnes et les groupes désireux de favoriser la participation sociale des aînés. Sans offrir un guide de pratique, ils constituent des balises de réflexion et d'action ancrées dans une approche à la fois critique, pragmatique et solidaire de la participation sociale des aînés. Nos travaux confirment que la participation sociale est un objet d'étude et d'intervention doté d'un haut niveau de complexité. S'il est possible d'aborder une à une les différentes facettes de la participation, comme nous le proposons ici, nos résultats réfutent la possibilité de considérer la participation sociale comme une dynamique que l'on peut réduire à l'addition de certains facteurs. Faire le pari de favoriser la participation sociale des aînés va au-delà de créer un tel espace de participation ou d'assurer l'accès à un tel local de réunion, bien que ces mesures puissent être nécessaires. Il faut être conscient qu'en évoquant et en souhaitant la participation sociale, nous évoquons et souhaitons également une métamorphose des rapports sociaux.



## TABLE DES MATIÈRES

<b>LISTE DES TABLEAUX ET FIGURES .....</b>	<b>XI</b>
<b>1 PRÉSENTATION DE LA RECHERCHE .....</b>	<b>1</b>
1.1 Contexte de la démarche .....	1
1.2 Technique de cueillette de données .....	2
1.3 Recrutement des participants et composition des groupes.....	3
1.4 Approche d'analyse et de validation .....	5
<b>2 COMMENT DÉFINIR LA PARTICIPATION SOCIALE? .....</b>	<b>7</b>
2.1 Méthodologie .....	7
2.2 Résultats et interprétation .....	8
2.2.1 Participer socialement, c'est voir du monde et développer des relations significatives.....	8
2.2.2 Participer socialement, c'est vivre des activités plaisantes en groupe.....	9
2.2.3 Participer socialement, c'est s'impliquer dans un projet collectif .....	10
2.2.4 Participer socialement, c'est aider et s'entraider.....	10
2.2.5 Participer socialement, c'est transmettre des savoirs .....	11
2.2.6 Participer socialement, c'est augmenter leur pouvoir dans les décisions qui les concernent.....	12
2.3 De la recherche à l'action.....	12
<b>3 QU'EST-CE QUI INFLUENCE LA PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉS? .....</b>	<b>15</b>
3.1 Méthodologie .....	15
3.2 Résultats et interprétation .....	16
3.2.1 Facteurs organisationnels .....	16
3.2.2 Facteurs sociaux .....	21
3.2.3 Facteurs individuels.....	25
3.3 De la recherche à l'action.....	28
<b>4 COMMENT FAVORISER ET MIEUX SOUTENIR LA PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉS? .....</b>	<b>31</b>
4.1 Méthodologie .....	31
4.2 Résultats et interprétation .....	32
4.2.1 Pistes d'action organisationnelles.....	32
4.2.2 Pistes d'action sociales .....	35
4.2.3 Pistes d'action individuelles.....	37
4.3 De la recherche à l'action.....	38
<b>5 QUELS SONT LES EFFETS DE LA PARTICIPATION SOCIALE?.....</b>	<b>41</b>
5.1 Méthodologie .....	41
5.2 Résultats et interprétation .....	41
5.2.1 Sentiment d'appartenance et attachement .....	41
5.2.2 Apprentissage et stimulation.....	42

5.2.3	Réalisation de soi.....	43
5.2.4	Santé et bien-être .....	44
5.2.5	Réciprocité.....	44
5.2.6	Développement communautaire et changement social .....	45
5.3	De la recherche à l'action .....	46
<b>6</b>	<b>PORTÉE ET LIMITES DE L'ÉTUDE : TROIS CONSTATS TRANSVERSAUX.....</b>	<b>47</b>
<b>7</b>	<b>LE RETOUR AUX GROUPES.....</b>	<b>51</b>
<b>8</b>	<b>CONCLUSION .....</b>	<b>53</b>

## LISTE DES TABLEAUX ET FIGURES

Tableau 1	Des informations sur les groupes de discussion : répartition territoriale, composition et représentation dans le rapport de recherche.....	4
Tableau 2	Mots-clés utilisés durant l'animation des groupes de discussion.....	15
Figure 1	Éventail des modes d'intervention sur la participation sociale.....	7
Figure 2	Une définition pluridimensionnelle de la participation sociale.....	13
Figure 3	Différents facteurs qui peuvent influencer la participation sociale des aînés .....	29
Figure 4	Des idées pour favoriser et mieux soutenir la participation sociale des aînés .....	39



# 1 PRÉSENTATION DE LA RECHERCHE

Le présent rapport s'intéresse aux résultats de treize groupes de discussion menés dans la région de la Capitale-Nationale au cours des années 2008 et 2009 pour explorer le sujet de la participation sociale des aînés. Ce thème est central dans les recherches, dans les politiques et dans les programmes sociaux, ainsi que dans les interventions qui concernent le vieillissement ou les aînés. On l'utilise volontiers au moment d'évoquer les changements sociaux occasionnés par le phénomène du vieillissement démographique. La participation nous parle alors du fait que :

- on ne vieillit plus comme on vieillissait;
- se mettre en retrait de la société pour des motifs d'âge apparaît comme un anachronisme;
- certains styles et habitudes de vie permettent de « bien » vieillir;
- les aînés peuvent désormais formuler une grande diversité de « projets de vie »;
- que leurs contributions sociales sont nombreuses et indispensables.

Si l'on peut reconnaître le potentiel de mobilisation offert à la gérontologie par la notion de participation sociale, il est en même temps nécessaire de permettre aux aînés et à leurs alliés d'articuler leurs propres visions et besoins en la matière. L'objectif des travaux présentés dans ce rapport de recherche est de donner la parole aux aînés et aux intervenants concernés par la participation sociale afin d'inspirer des actions qui soient adaptées aux besoins et aux aspirations exprimés. Trois questions principales ont animé la recherche :

- Comment des aînés et des personnes qui travaillent avec/pour eux conçoivent-ils la notion de participation sociale?
- Qu'est-ce qui influence la participation sociale des aînés?
- Quelles actions pourraient être menées pour encourager cette participation sociale?

## 1.1 CONTEXTE DE LA DÉMARCHE

Les groupes de discussion font suite à une revue de la littérature réalisée en 2007-2008 par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), la Direction de santé publique de la Capitale-Nationale (DSP), le Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec (CEVQ) et l'Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval (IVPSA). Cette analyse documentaire a permis d'explorer quatre aspects de la participation sociale des aînés : 1. les diverses définitions du concept de participation; 2. les effets de la participation sociale sur la santé et le bien-être des aînés; 3. les facteurs influençant cette participation; et 4. les interventions visant à la développer. Les résultats ont été publiés dans un rapport de recherche<sup>1</sup>. Ils ont également été largement diffusés dans différents réseaux québécois, tout comme dans des publications et des congrès nationaux et internationaux.

---

<sup>1</sup> Disponible à l'adresse suivante : [http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/859\\_RapportParticipationSociale.pdf](http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/859_RapportParticipationSociale.pdf).



Cette dissémination a permis de confirmer un intérêt soutenu pour nos travaux documentaires et de constater que de nombreuses personnes souhaitaient en outre les ancrer localement, « humainement ». Les partenaires ont alors convenu d'enrichir le corpus théorique par le biais d'une recherche de terrain s'appuyant sur la technique des groupes de discussion.

## 1.2 TECHNIQUE DE CUEILLETTE DE DONNÉES

Afin de mieux connaître les représentations et les pratiques de divers groupes sociaux par rapport au thème de la participation sociale des aînés, nous avons choisi de réaliser des groupes de discussion. Cette méthode de cueillette de données, fréquemment utilisée en recherche qualitative, consiste en une série de discussions collectives soigneusement planifiées, conçues pour recenser des opinions sur un sujet spécifique dans le cadre d'un environnement convivial et non menaçant<sup>2</sup>. L'atmosphère doit être propice aux interactions entre les participants et à la prise de parole de chacun. Les groupes sont habituellement formés de cinq à dix personnes. Ils doivent être assez petits pour que chacun puisse exprimer ses opinions, tout en étant assez grands pour offrir une diversité de points de vue. Les groupes doivent être composés de personnes partageant certaines caractéristiques, ce qu'on appelle l'homogénéité intragroupe. Le fait de partager une profession ou de faire partie du même groupe d'âge sont deux exemples de caractéristiques communes. Par ailleurs, afin d'encourager la recension d'idées variées, l'hétérogénéité intergroupe peut être privilégiée<sup>3</sup>. Cette perspective enrichit le corpus de données et facilite la comparaison et le contraste de ses éléments, afin d'en arriver à distinguer des tendances et des patrons de représentations.

Les décisions relatives à la composition des axes homogénéité/hétérogénéité dépendent des objectifs de l'étude menée. Dans nos travaux, nous avons voulu rejoindre une grande diversité de groupes concernés par la participation sociale des aînés, en fonction de deux sous-groupes principaux : les aînés et les personnes qui travaillent/interviennent auprès d'eux. Pour l'un et l'autre de ces sous-groupes, différents critères d'homogénéité ont été déterminés, par exemple le fait d'être, pour les groupes d'aînés, une personne bénévole; ou encore d'être, pour les groupes d'intervenants, un clinicien du réseau de la santé assigné aux personnes âgées.

Par rapport aux frontières d'âge inhérentes à la notion « d'aîné », nous avons choisi de ne pas fixer de limite inférieure ou supérieure d'âge pour les groupes les réunissant. Pour être inclus, il fallait « se sentir aîné ». Cette souplesse semblait moins arbitraire et plus respectueuse de la diversité des trajectoires de vieillissement qu'un critère établi à 55, 60 ou 65 ans. Également, il s'agit d'une posture cohérente avec ce que nous avons entendu durant l'étude : par exemple, certaines personnes se désignaient comme aînées à la fin de la cinquantaine, alors que d'autres ne se considéraient pas comme tels à plus de 80 ans. Aux fins d'information, nous avons indiqué la moyenne d'âge des personnes participant à chacun des groupes dans le tableau 1.

---

<sup>2</sup> Krueger, R.A., et Casey, M.A. (2000). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Thousand Oaks, CA: Sage (traduction libre de l'auteure principale).

<sup>3</sup> Stewart, D.W., Shamdasani, S.P., et Rook, D.W. (2007). *Focus groups: Theory and practice*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Nous avons guidé les discussions des groupes à partir d'une grille d'animation qui comptait trois grandes sections. La même grille a été utilisée pour tous les groupes. À chaque section correspondait l'une des trois questions de recherche concernant la participation sociale des aînés, ainsi qu'une activité spécifique de collectes de données. Nous avons utilisé des vignettes photographiques pour aborder la question des définitions de la participation sociale; des mots-clés pour parler des facteurs influençant les expériences participatives; ainsi que des mises en situation pour parler des interventions en faveur de la participation<sup>4</sup>. Pour chaque segment, l'animatrice ne cherchait pas à créer un consensus quant aux opinions émises, mais bien à assurer l'expression des sentiments et des réflexions de l'ensemble des participants.

L'animation des groupes de discussion était assurée soit par une organisatrice communautaire en Centre de santé et de services sociaux (7 groupes), soit par la chercheuse principale (6 groupes). Pour cette dernière, l'animation a permis l'arrimage de ses analyses à une expérience d'observation directe et d'échange avec les participants.

### 1.3 RECRUTEMENT DES PARTICIPANTS ET COMPOSITION DES GROUPES

Afin de déterminer la composition des groupes, nous avons retenu une répartition territoriale correspondant aux quatre territoires de Centres de santé et de services sociaux (CSSS) de la Capitale-Nationale (voir le tableau 1). Un de nos objectifs était d'ailleurs de rejoindre des milieux dits « urbains » et des milieux dits « ruraux ». Pour chaque territoire de CSSS, nous avons identifié deux groupes à mettre sur pied, un premier formé d'aînés et un second formé d'intervenants. Dans le cas du CSSS Vieille-Capitale, nous avons fait trois groupes, dont deux comprenant des intervenants. À ces neuf groupes s'est ajouté un groupe constitué de membres de la Table de concertation des personnes âgées de la Capitale-Nationale.

Au cours de la mise en œuvre de la recherche, nous avons été interpellés par des représentants de mouvements sociaux de personnes handicapées<sup>5</sup>, qui nous ont proposé d'ajouter des groupes de discussion afin de faire entendre les voix des aînés handicapés. Nous avons décidé d'organiser une première rencontre avec des aînés handicapés par une

<sup>4</sup> Ces activités sont expliquées en détails dans les sections « résultats ».

<sup>5</sup> Le vocabulaire à privilégier pour désigner ces personnes est une question complexe où se croisent différentes classifications et postures idéologiques. Doit-on employer les notions de handicap, d'incapacité ou de déficience? Dans le présent document, nous utiliserons la notion de personne handicapée, à l'image du cadre de référence offert par la **Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées en vue de leur intégration scolaire, professionnelle et sociale** (2005) et la politique gouvernementale **À part entière : Pour un véritable exercice du droit à l'égalité**, diffusée en 2009 par l'Office des personnes handicapées du Québec. Une personne handicapée est « toute personne ayant une déficience entraînant une incapacité significative et persistante et qui est sujette à rencontrer des obstacles dans l'accomplissement d'activités courantes » (L.R.Q., c. E-20.1, à jour au 12 avril 2005, [Québec], Éditeur officiel du Québec, c2005, chapitre I, art. 1g.). Ainsi, une personne handicapée présente nécessairement une incapacité et se trouve incluse dans la population plus large des personnes ayant des incapacités. En contrepartie, une personne ayant des incapacités qui n'est pas limitée dans l'accomplissement d'activités normales n'est pas considérée comme handicapée (Office des personnes handicapées du Québec (2005). *Guide d'accessibilité et d'adaptation des services gouvernementaux : Les services de l'État, c'est aussi pour les personnes handicapées*. Québec : Gouvernement du Québec). Nous utiliserons donc la notion de « personne handicapée », en précisant, lorsque ce sera nécessaire, la nature de l'incapacité, « motrice ou sensorielle » ou « intellectuelle », puisque c'est avec ces deux groupes que nous avons travaillé dans le cadre des groupes de discussion.

incapacité intellectuelle et une seconde avec des aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle. Finalement, nous avons été approchés par les membres d'un mouvement régional d'aînés mobilisés autour de la lutte contre la pauvreté; nous avons convenu de faire un groupe avec une bonne partie de leurs membres, ce qui a permis d'explorer la dimension associative de la participation.

**Tableau 1 Des informations sur les groupes de discussion : répartition territoriale, composition et représentation dans le rapport de recherche**

Territoire	Description de la composition des groupes	Nombre de personnes	Moyenne d'âge (ans)	Nombre d'extraits de verbatim*	Numéro correspondant dans les extraits des verbatim**
Charlevoix	Aînés vivant seuls	11	74,9	6	(1)
	Intervenants/bénévoles d'organismes communautaires	13	28,4	4	(2)
Portneuf	Intervenants/bénévoles d'organismes communautaires	9	60,8	7	(5)
	Aînés fréquentant un centre de jour***	10	84,7	4	(6)
Québec-Nord	Aînés bénévoles dans différents milieux	7	73,0	15	(9)
	Intervenants/bénévoles d'organismes communautaires	8	42,6	11	(10)
Vieille-Capitale	Aînés membres d'un même organisme de solidarité	8	69,3	8	(3)
	Responsables de services de soutien à domicile	3	50	8	(4)
	Cliniciens du réseau de la santé	6	37,9	8	(7)
Région de la Capitale-Nationale	Membres de la Table de concertation des aînés de la Capitale-Nationale	5	65,6	8	(8)
	Aînés handicapés (incapacité intellectuelle)	7	61,5	11	(11)
	Mouvement de personnes retraitées visant à lutter contre la pauvreté	6	65,2	6	(12)
	Aînés handicapés (incapacité motrice ou sensorielle)	12	63,4	8	(13)

\* Ces données expriment, pour chaque groupe de discussion, le nombre d'extraits de verbatim utilisés pour illustrer nos résultats. Ce chiffre a une valeur essentiellement indicative et évoque notre souci que tous les groupes soient représentés au moment d'illustrer nos analyses.

\*\* Les chiffres surlignés en gris désignent les groupes réalisés avec des aînés.

\*\*\* « Le centre de jour contribue au soutien à domicile des personnes âgées en perte d'autonomie. Il offre à ces personnes des activités dans les secteurs suivants : santé physique, psychosociale et maintien des acquis. La majeure partie des activités se fait en groupe. Le centre de jour vise également à offrir un répit aux familles, particulièrement celles ayant à leur charge des personnes atteintes de déficits cognitifs. » (Site Internet du Centre de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale : [http://www.csss qc.ca/services/sd\\_centre\\_jour.php](http://www.csss qc.ca/services/sd_centre_jour.php)).

Afin de recruter les participants, nous avons collaboré avec des organisateurs communautaires affectés au dossier « aînés » à l'intérieur d'un Centre de santé et de services sociaux (CSSS) sur le territoire de la Capitale-Nationale. Ces professionnels sont proches des organismes d'action communautaires, des établissements et des associations de leur milieu d'intervention. Ils nous ont guidés et aidés en identifiant des personnes-clés à

contacter, en ouvrant les portes de certains lieux, en corrigeant le tir de certaines de nos attentes, etc. Par la suite, ils ont continué d'accompagner notre démarche, notamment en participant à nos activités locales de validation des résultats (nous y reviendrons au chapitre 7).

Afin de faciliter la participation à l'étude, nous avons remboursé les frais associés aux déplacements des participants (essence ou taxi, stationnement, etc.). Nous avons offert une pause-café ou un repas à chaque occasion. Afin d'assurer le respect de balises éthiques, nous avons consacré le début des rencontres à la lecture d'un feuillet d'information sur les droits des participants, suivie de la signature d'un formulaire individuel de consentement.

#### 1.4 APPROCHE D'ANALYSE ET DE VALIDATION

Nous avons examiné nos données à partir d'une approche qualitative et à l'aide du logiciel NVivo. Les démarches d'analyse et l'élaboration théorique ont épousé une perspective mixte<sup>6</sup> partagée entre l'induction et la déduction. La déduction s'est traduite par une organisation préalable des données en fonction des trois questions de recherche, tandis que l'induction s'est concrétisée par des opérations successives de codification, de catégorisation et de conceptualisation permettant de passer des informations « brutes » à l'identification de catégories inédites soutenant la compréhension du thème de la participation sociale des aînés.

Trois stratégies ont permis de valider les résultats tout au long du processus d'analyse. Premièrement, une chercheuse et une organisatrice communautaire, toutes deux collaboratrices de la recherche, ont réalisé un exercice de co-codification. Il consistait pour chacune à utiliser les catégories développées par la chercheuse principale pour classer différents segments du corpus de données. Les résultats étaient ensuite comparés et utilisés pour bonifier l'exhaustivité, la pertinence et la productivité<sup>7</sup> du cahier de codification. Deuxièmement, une équipe multidisciplinaire de chercheurs a régulièrement examiné la cohérence, la rigueur et la pertinence des analyses. Une dizaine de rencontres de travail ont été organisées; pour chacune, le matériel associé au degré d'avancement des travaux était soumis à l'avis scientifique des membres. On peut désigner ce processus comme la triangulation des analystes<sup>8</sup>. Troisièmement, l'utilisation de la technique de la vérification par les membres (« member checks ») a permis de rencontrer une large partie des participants des groupes de discussion pour qu'ils commentent, valident et critiquent nos résultats préliminaires<sup>9</sup>. Nous détaillerons cette procédure au chapitre 7.

Nous procéderons maintenant à la présentation des résultats. Ils ont été divisés en trois chapitres, chacun rendant compte d'une des questions de recherche. Nous avons ajouté un quatrième chapitre pour exploiter les nombreuses données liées aux effets de la participation

<sup>6</sup> Miles, M. B. et Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2<sup>e</sup> éd.). Thousand Oaks, CA: Sage.

<sup>7</sup> L'Écuyer, R. (1987). L'analyse de contenu : notion et étapes. Dans Deslauriers, J.-P. (Éd.), *Les méthodes de la recherche qualitative* (p. 49-65). Québec : Presses de l'Université du Québec.

<sup>8</sup> Patton, M.Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park, CA : Sage.

<sup>9</sup> Lincoln, Y.S. et Guba, E.G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.

sociale, un thème que nous n'avions pas anticipé, mais qui s'est révélé très présent dans les groupes de discussion.

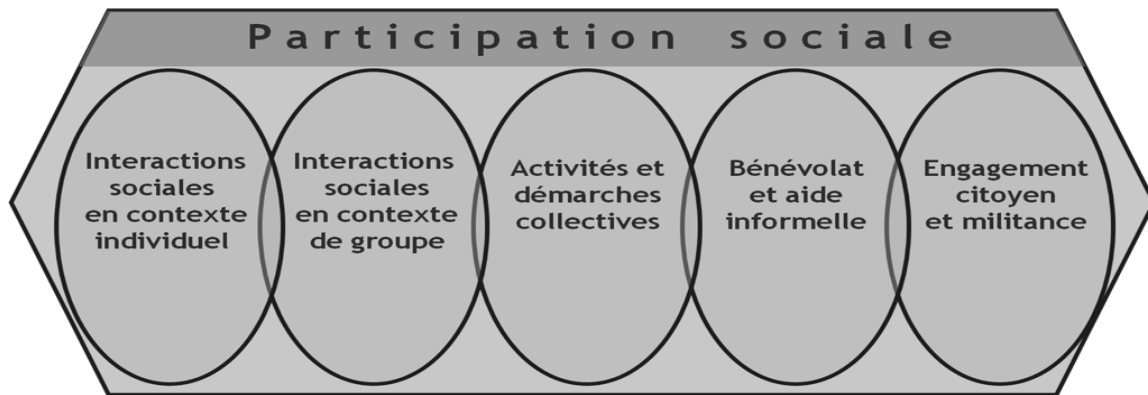
Chacun des chapitres est subdivisé de la même manière. D'abord, nous expliquons la méthode par laquelle nous avons obtenu les données. Ensuite, nous exposons les résultats et des pistes d'analyse critique. Enfin, nous nous arrêtons à l'utilité potentielle des résultats de nos travaux.

## 2 COMMENT DÉFINIR LA PARTICIPATION SOCIALE?

### 2.1 MÉTHODOLOGIE

Le premier objectif des groupes de discussion était d'explorer de quelles façons les participants de la recherche voyaient ou définissaient la participation sociale. Pour ce faire, nous avons travaillé avec des photographies. Comme la recherche touchait des personnes aux habiletés cognitives et intellectuelles variables et qu'elle abordait un concept potentiellement abstrait, l'usage d'une méthode photographique nous a semblé approprié pour aider les participants à s'appropriier un thème complexe, tout en facilitant la communication en offrant un soutien à la réflexion et à la prise de parole.

Les gens étaient invités à choisir la photographie, parmi un choix de cinq, qui représentait le mieux la participation sociale selon eux. Les photographies avaient été sélectionnées à la lumière des résultats de notre précédente phase de recherche, la revue de la littérature mentionnée au point 1.1. Plus précisément, chacune des photographies représente l'une des dimensions de « l'éventail des modes d'intervention sur la participation sociale » (figure 1).



**Figure 1** Éventail des modes d'intervention sur la participation sociale

Source : 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.

Les cinq photographies utilisées sont disposées dans le même ordre que la catégorie de l'éventail à laquelle chacune correspond.



Plusieurs exemplaires de ces images étaient disposés sur les tables et sur les murs lors des groupes de discussion. Nous avons remarqué que les photographies alimentaient la communication non seulement *pendant* les échanges, mais aussi *avant* leur amorce. Lorsque les participants arrivaient, ils faisaient souvent face à des personnes qu'ils ne connaissaient pas; le fait de s'approcher des photographies ou de les commenter pouvait alors donner une contenance, devenir le prétexte d'un échange, etc. Durant la discussion, les photographies se sont révélées être d'excellents supports à l'expression d'idées, d'expériences et d'émotions. Souvent, les participants choisissaient une ou deux photos pour partager leur opinion. Parfois, ils les choisissaient toutes, ou encore ils n'en choisissaient aucune parce qu'elles leur semblaient également inadéquates. Dans tous les cas, cependant, c'est dans l'explication de la décision prise que se trouvait l'essentiel : l'articulation de leur vision personnelle de la participation sociale.

Bien que les cinq mêmes photos aient été utilisées dans tous les groupes, elles ont suscité une très grande variété d'interprétations. Au moment d'analyser ce matériel, extrêmement riche et diversifié, nous avons privilégié une approche expérientielle de la participation sociale. Plus concrètement, nous avons travaillé avec le corpus de données en cherchant à identifier les éléments — les « ingrédients » en quelque sorte — d'une participation sociale satisfaisante. Nous pensons que ce procédé est à la fois sensible aux représentations des participants et proche des besoins des acteurs sociaux désireux de favoriser la participation sociale des aînés.

## **2.2 RÉSULTATS ET INTERPRÉTATION**

Lorsqu'ils parlent de ce qu'est pour eux la participation sociale, les membres des groupes décrivent des expériences consistant à :

- voir du monde et développer des relations significatives;
- vivre des activités plaisantes en groupe;
- s'impliquer dans un projet collectif;
- aider et s'entraider;
- transmettre des savoirs;
- augmenter leur pouvoir dans les décisions qui les concernent.

### **2.2.1 Participer socialement, c'est voir du monde et développer des relations significatives**

Cette catégorie se rapporte au lien social dont est porteuse la participation sociale. Au-delà de leur nature, les activités de participation sociale peuvent être logées à une même enseigne : elles sont le prétexte de relations sociales, l'occasion de rencontrer des gens.

Moi aussi, c'est la même photo [E]<sup>10</sup>. À cause du groupe. Parce que je pense que lorsqu'on participe à la société, il faut se regrouper automatiquement avec d'autres personnes. Ta participation sociale implique que tu te regroupes avec une organisation ou un groupe de

---

<sup>10</sup> La lettre entre les crochets correspond à l'une des photos utilisées.

personnes qui fait des choses, quel que soit le domaine(8)<sup>11</sup>. En ce sens, l'élément relationnel devient le dénominateur commun d'activités aussi différentes les unes des autres que jouer aux cartes dans un club social, prendre part à un projet communautaire de jardinage ou faire du bénévolat.

Pour certains participants, l'accent est mis sur le fait de ne pas être seul, de faire quelque chose avec au moins une autre personne. On s'intéresse peu au caractère des liens noués. Pour d'autres personnes, la qualité des relations est centrale pour définir ce qu'est la participation sociale. On fait allusion à une forme conviviale de communication, ou encore à l'alchimie des contacts humains. Le terrain de la participation sociale devient alors celui de l'intérêt pour l'autre et de la reconnaissance par l'autre.

Moi, je pense que la participation sociale, c'est important parce que les personnes âgées ont quelque chose à dire. Les personnes âgées handicapées aussi ont quelque chose de spécial à dire. L'autre écoute [A], il est intéressé, puis il y a de l'humour. C'est « l'fun » ça. Moi, j'adore parler(13).

Par ailleurs, la participation sociale suscite des situations de rencontre où toutes les parties « retirent » quelque chose de leurs interactions. On pourrait alors parler de réciprocité à l'intérieur des liens sociaux. De plus, en stimulant la connectivité sociale des aînés, la participation sociale évite ou repousse ce qui est vu comme l'un des principaux problèmes sociaux vécus par les aînés : l'isolement social.

Le grand ennemi des aînés c'est l'isolement. On doit combattre l'isolement sous toutes ses formes(9).

Quand les gens se réunissent, ça fait qu'ils ne restent pas tous seuls dans leur coin(3).

## 2.2.2 Participer socialement, c'est vivre des activités plaisantes en groupe

Pour plusieurs répondants de la recherche, la participation sociale signifie prendre part à des activités de loisirs agréables qui répondent à leurs goûts.

Les personnes âgées, comme loisir, elles aiment bien jouer aux cartes [B](6).

Bien que ces activités de loisirs puissent être choisies et chéries pour leur côté distrayant, elles sont aussi perçues comme des prétextes à la socialisation. Ce genre d'activité agglomère des gens autour d'une proposition collective attrayante (séance d'activité physique, jeu, etc.). On suppose qu'en y participant et en s'y amusant, les aînés créeront des contacts positifs avec d'autres.

Je trouve que c'est très important le divertissement, puis avoir des gens autour de nous pour se divertir. Des fois, c'est comme une obligation de sortir de chez soi, ça nous sort de notre isolement, puis ça nous donne des points communs(3).

Souvent, les participants situent ces pratiques récréatives dans le contexte d'un milieu de vie institutionnel; ces activités sont vues comme un moyen pour les résidents âgés de « s'activer » et de « se désennuyer ».

---

<sup>11</sup> Le numéro entre parenthèses correspond au numéro du groupe de discussion dont est extraite la citation (voir tableau 1 à la page 4).



### 2.2.3 Participer socialement, c'est s'impliquer dans un projet collectif

Ici, on situe la participation non seulement dans un contexte collectif, mais également dans la réalisation d'un projet concret auquel prennent part les membres d'un groupe. La démarche commune n'a pas besoin d'être de grande envergure; il semble plus important que tous soient en mesure d'y contribuer.

Une des belles participations sociales, je ne sais pas si c'est correct [...] on fait de la cuisine communautaire tous ensemble. Avant-midi, on a fait des galettes à la mélasse, chacun a fait sa part. Puis, c'était une participation de tout le monde. [...] Des fois c'est des muffins, des fois c'est du ketchup, du sucre à la crème. Chacun participe(6).

Fréquemment, le vocabulaire utilisé (« travailler », « bâtir ») situe le projet entrepris dans l'univers du tangible. Pour les participants, il est d'ailleurs important que le projet ait des résultats directs, identifiables et qui laissent des traces.

Dans cette photo [C] je vois trois personnes qui interagissent ensemble, puis qui travaillent sur un projet commun. [...] Elles essayent de bâtir quelque chose ensemble(7).

### 2.2.4 Participer socialement, c'est aider et s'entraider

Pour un grand nombre de participants, la participation sociale est associée au fait d'agir pour les autres, c'est-à-dire de faire en sorte que la vie quotidienne ou la santé de personnes vulnérables se trouvent améliorées par le biais de gestes d'aide.

Les « jeunes » représentent un public fréquemment nommé comme « récepteur » de ce type de participation sociale. Les relations entre les générations représentent d'ailleurs l'un des principaux thèmes transversaux du corpus de données, comme si parler de participation sociale des aînés ouvrait à une redéfinition des rapports entre les différents groupes d'âge. Dans d'autres cas, ce sont des aînés qui sont le point de mire de la participation sociale d'autres aînés. Ces actions sont décrites comme une sorte de solidarité entre pairs, notamment par rapport à des personnes isolées ou vulnérables dont les besoins pourraient passer inaperçus.

Il y a des personnes âgées qui font du bénévolat au niveau des jeunes, puis c'est très bien aussi. Tu sais, il y a beaucoup de gens à qui ça manque d'être avec une personne âgée ou un adulte [...] pour conter leurs problèmes. Puis des fois, une personne âgée de l'extérieur va aider beaucoup plus qu'une personne de la famille(3).

Cette vision de la participation sociale est souvent combinée à des habiletés relationnelles particulières centrées sur l'accueil et l'écoute d'autrui. L'action de « prendre soin » suggère que l'aidant adopte une position de soutien pour construire un lien de confiance avec la personne aidée. Il est également acceptable — et même souhaitable — de faire preuve d'affection envers les personnes dont on s'occupe.

Je choisis celle-là [A]. Pour moi, ça représente, la participation sociale, accueillir quelqu'un, savoir l'écouter, savoir être près de lui(2).

Pour leur part, certaines personnes parlent d'entraide, en la décrivant sous les traits de gestes posés au jour le jour, de façon informelle, pour le bien-être des personnes de l'entourage. Certains participants arguent que bien que cette participation puisse être jugée secondaire, « pas grand-chose » pour reprendre leurs mots, elle fait une différence dans la vie quotidienne. Par exemple, dans un milieu de vie institutionnel, l'entraide permet de répondre à des besoins personnels ponctuels tout en enrichissant les rapports humains. L'entraide peut aussi être le prélude d'autres types de pratiques, comme des échanges d'informations ou des formes plus organisées de participation.

Quand on passe, on ramasse les déchets des mesdames. Elles me demandent quelque chose, je leur donne. Et puis quand je fais une affaire à manger par exemple, je vais leur en donner. On s'aide entre nous<sup>(1)</sup>.

### 2.2.5 Participer socialement, c'est transmettre des savoirs

On parle ici d'une forme de participation sociale qui se fonde sur l'idée de la générativité, de la transmission des divers savoirs développés au cours de l'histoire de vie, afin de guider les générations suivantes. En ce sens, participer socialement implique de mettre ses expériences au service du développement et du bien-être de son entourage ou de sa communauté. Les participants qui associent la participation sociale à cette idée l'envisagent souvent comme une sorte de revendication, de « réparation historique » apte à reconfigurer le rôle social des aînés.

Il y a des gens qui disaient : « Moi, j'aimerais ça être reconnu parce que j'ai besoin de reconnaissance sociale. Mais aussi, j'ai encore quelque chose à apporter à la société avec les trente-cinq, quarante-cinq années que j'ai faites. Ça n'a pas de bon sens que ça reste à dormir sur une tablette tout ça »<sup>(5)</sup>.

Alors que l'élément constant de cette forme de participation sociale demeure la relation de transmission bienveillante, sa localisation n'est pas fixe et elle se déploie dans différentes sphères d'activités des aînés. Si elle peut se réaliser dans le cadre d'activités sociales ou bénévoles, le partage des savoirs est aussi apprécié dans le contexte familial. Dans tous ces environnements, il peut contribuer à raffermir les liens entre les groupes sociaux, entre différentes manières de vivre et de penser. Plusieurs conçoivent cette transmission comme un baume au culte ambiant de la performance et de l'individualisme.

Pour certains aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle, la participation-transmission est l'occasion de diffuser des savoirs particuliers auprès de leurs pairs des générations subséquentes. Ils considèrent que les jeunes handicapés pourraient bénéficier des habiletés et des « trucs » qu'ils ont développés au cours des années pour faire face au défi de s'intégrer socialement.

Il y a un jeune avec une personne plus âgée [A]. Moi, je suis une personne handicapée, je suis sourde. Il faut qu'on donne ce modèle aux jeunes sourds. Il faut qu'ils copient sur nous autres. Moi, j'aimerais ça être un modèle pour les jeunes sourds<sup>(13)</sup>.

### **2.2.6 Participer socialement, c'est augmenter leur pouvoir dans les décisions qui les concernent**

Cette sixième et dernière sous-catégorie de définitions concerne la participation sociale comme médiatrice de la relation entre les individus et les dimensions collectives ou politiques de la vie en société.

Justement, le social, c'est ces gens âgés qui sont assis autour d'une table et qui font comme aujourd'hui, qui discutent et qui cherchent des solutions, et qui cherchent à intervenir, comme vous le faites, pour le bien de la société, des personnes âgées et moins bien nanties<sup>(1)</sup>.

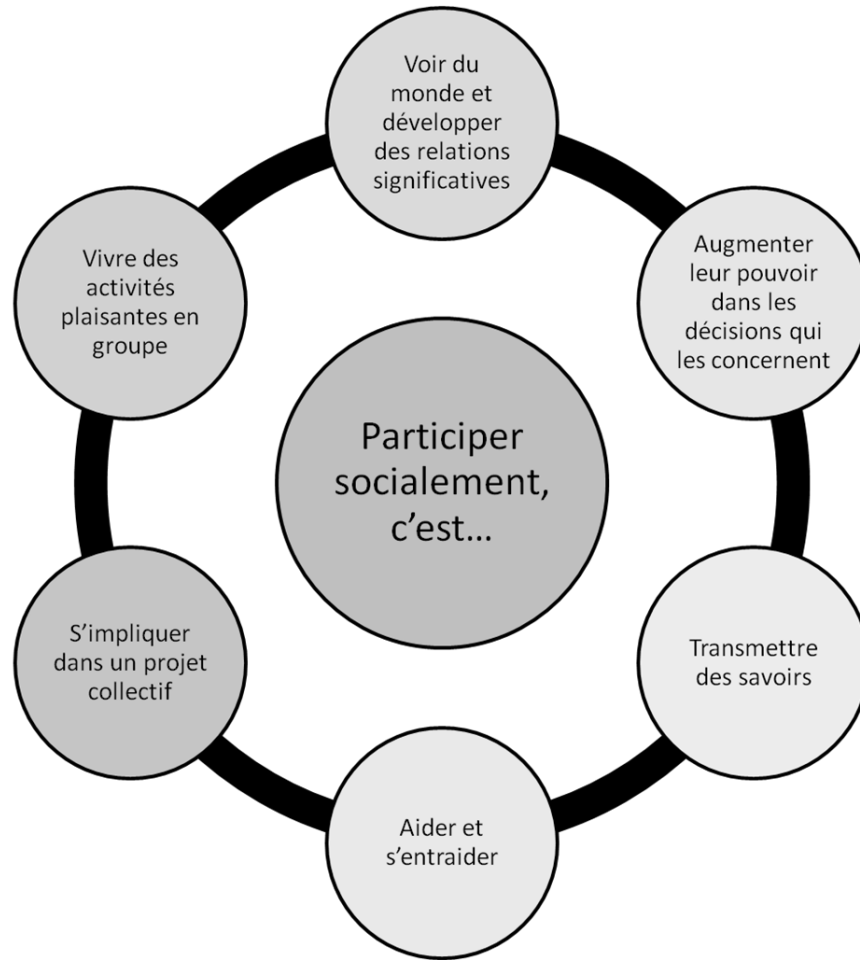
Ce type de participation sous-tend une zone de partage de pouvoir où chacun est écouté et dans laquelle les opinions de tous servent les choix collectifs. Dans les idées relatives à ce point de vue, la participation décisionnelle apparaît comme une manière de contrer le retrait social ou politique des aînés.

C'est l'implication des aînés, une implication où ils peuvent prendre des décisions, où ils ne sont pas retirés. Ils sont ensemble pour pouvoir discuter de ce qu'ils veulent, puis pour proposer leurs choses<sup>(5)</sup>.

Plusieurs types d'expériences illustrent cette forme de participation sociale; elles sont parfois d'ordre national (un mouvement social travaillant à l'adoption d'une loi sur l'élimination de la pauvreté), parfois d'ordre local (un groupe de voisins s'organisant pour répondre à un besoin de leur milieu). Des participants ont aussi rappelé qu'au Québec, il est possible pour les citoyens aînés de s'impliquer dans la structure décisionnelle des différentes organisations publiques et communautaires, comme les comités de résidents des milieux institutionnels d'hébergement.

## **2.3 DE LA RECHERCHE À L'ACTION**

L'approche analytique que nous avons privilégiée pour aborder les définitions données à la participation sociale ne résout pas la pluralité sémantique de ce concept. Certains pourront regretter ce constat, alors que d'autres l'applaudiront. En ce qui nous concerne, notre double pari paraît judicieux : d'une part, valoriser la diversité des visions confirmée par la recherche, et donc la richesse conceptuelle de la participation sociale; d'autre part, esquisser une synthèse et une intégration des processus expérientiels modulant ce champ, balisant ainsi une compréhension à la fois théorique et pratique de la notion. Nos résultats apparaissent novateurs en ce qu'ils sont centrés non pas sur une norme ou une contribution attendue des aînés, mais plutôt sur les manières dont ils peuvent et veulent participer.



**Figure 2 Une définition pluridimensionnelle de la participation sociale**

Peut-être cette option d'analyse suggère-t-elle des questions comme : quelle proportion des éléments mentionnés par les participants doit-on retrouver pour parler de participation sociale? Doivent-ils être présents tous les six? À notre avis, il serait à la fois hasardeux et inadéquat d'engager une telle forme d'évaluation. Nous préférons encourager une définition circulaire de la participation sociale (figure 2), une approche qui, tout en se prêtant à l'image de la mosaïque, protège la spécificité de chaque élément. En fait, les composantes nommées apparaissent toutes centrales tout en étant ni individuellement indispensables, ni positionnées hiérarchiquement les unes par rapport aux autres.

Mais dans ce cas, comment utiliser la typologie? Comment en combiner les différents éléments? Voilà une excellente question qu'il pourrait convenir d'approfondir dans le cadre d'une phase ultérieure de recherche-action. Pour l'heure, néanmoins, nous suggérons deux pistes de réflexion et d'action.

En premier lieu, la recherche d'un élément commun aux six dimensions de la typologie ramène à ce qu'on appelle en anglais « l'agency », la capacité d'agir ou d'exercer du pouvoir détenue par les individus, une notion d'ailleurs utilisée comme « devise » de la recherche<sup>12</sup> : « La participation sociale des aînés : Pour être acteur de sa vie et de sa collectivité ». Toutes les facettes de la typologie placent la personne au cœur de la dynamique de participation sociale; c'est elle qui fait, qui choisit, qui s'ouvre aux autres, qui s'engage, qui transmet, qui accueille et qui reçoit. Bien sûr, on dira que le sujet de la participation évoque d'abord l'agir individuel pour les participants, pour ne pas dire qu'il en est un synonyme. Si l'accent mis sur la trajectoire de vie personnelle présente un certain potentiel, surtout en termes pratiques, il questionne sur le plan théorique. En effet, on notera la presque absence des dimensions politiques, structurelles, dans les définitions des participants. C'est comme s'il suffisait de vouloir pour pouvoir, comme si la donne sociopolitique actuelle convenait à la participation sociale du grand nombre.

En deuxième lieu, nous pensons qu'il serait opportun d'utiliser la typologie comme un outil de planification, d'animation et d'évaluation. Elle pourrait, par exemple, donner l'occasion de jauger divers projets visant la participation sociale avant leur mise en œuvre (*ces projets permettent-ils de mettre en relation différentes facettes de la participation sociale?*). Elle pourrait aussi mettre la table lors d'échanges (sous la forme de forums, d'ateliers, etc.) visant à réunir un groupe autour de l'objectif de favoriser la participation sociale (*devons-nous/pouvons-nous prioriser des cibles d'action à partir de la typologie?*). Également, elle pourrait aider à développer une grille d'évaluation de politiques et de programmes sociaux (*dans quelle mesure et de quelle manière permettent-ils de rejoindre ces dimensions?*). Il restera à expérimenter et à tirer des conclusions quant aux manières les plus prometteuses de passer d'une pratique-en-théorie à une théorie-en-pratique.

---

<sup>12</sup> Cette formule a été utilisée dans le matériel servant au recrutement des participants (dépliant d'information sur la recherche, lettre confirmant le lieu et l'heure des groupes, etc.).

### 3 QU'EST-CE QUI INFLUENCE LA PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉS?

#### 3.1 MÉTHODOLOGIE

Le deuxième objectif des groupes de discussion était de discerner les facteurs (circonstances, conditions, politiques sociales, choix, etc.) qui contribuent à encourager, ou au contraire à freiner la participation sociale des aînés. Afin de faire surgir ces facteurs, nous avons invité les participants à raconter une expérience de participation sociale vécue par eux-mêmes ou par un tiers. Au moment de l'analyse, nous avons inféré les facteurs qui avaient joué un rôle, favorable ou défavorable, dans les histoires rapportées.

Afin d'appuyer l'effort de mémoire et de narration des participants, nous avons employé des mots-clés. Comme dans le cas de la première activité d'animation réalisée à partir de photographies, les mots-clés ont été choisis à la lumière de l'éventail des modes d'intervention sur la participation sociale (figure 1) issu des résultats de la revue de la littérature.

Voici le libellé de chacune des catégories de l'éventail et les mots-clés qui leur ont été respectivement associés.

**Tableau 2 Mots-clés utilisés durant l'animation des groupes de discussion**

<b>Catégorie de l'éventail des modes d'intervention sur la participation sociale</b>	<b>Mots-clés</b>
Interactions sociales en contexte individuel	problème, aide, relation
Interactions sociales en contexte de groupe	s'adapter, apprendre, bien-être
Activités et démarches collectives	ensemble, groupe, socialiser
Bénévolat et aide informelle	entraide, communauté, développement
Engagement citoyen et militance	décision, action, changement

Ces mots-clés étaient inscrits en gros caractères sur des feuilles de papier (un mot par feuille) qui étaient disposées sur les murs des locaux où nous avons animé les groupes de discussion. Lorsque nous demandions aux participants de réfléchir à des expériences de participation sociale et de nous en raconter une, nous leur proposons de s'inspirer d'un ou de plusieurs mots-clés. Certains participants les ont avantageusement utilisés, alors que pour d'autres, ils étaient superflus.

## 3.2 RÉSULTATS ET INTERPRÉTATION

Une quantité impressionnante de matériel a été compilée au sujet des facteurs influençant la participation sociale. Aux fins d'analyse, nous avons organisé ce corpus en fonction de trois grandes catégories<sup>13</sup>.

- *Facteurs organisationnels* : ces facteurs concernent la manière dont les lieux et les milieux de participation sont constitués.
- *Facteurs sociaux* : ces facteurs réfèrent aux diverses dimensions de la vie en société, notamment démographiques, économiques, politiques et culturelles.
- *Facteurs individuels* : ces facteurs traitent des éléments relatifs au parcours de vie, à la personnalité et aux choix et préférences des individus.

Dans les pages qui suivent, nous rapportons les principaux facteurs répertoriés.

### 3.2.1 Facteurs organisationnels

#### Accueil dans les milieux et relations interpersonnelles

L'atmosphère et les modes relationnels régnant dans les milieux de participation importent grandement, pour des aînés, au moment de commencer ou de continuer à les fréquenter. Un accueil chaleureux et convivial peut aider la personne à intégrer et à s'intégrer dans un milieu. Au contraire, une expérience négative peut diminuer les probabilités de participation, ou rendre nécessaires des mesures spéciales d'accompagnement par la suite.

Quand je suis arrivée ici pour la première fois, vous m'avez pris dans vos bras puis vous m'avez souhaité la bienvenue. Puis ça, je ne l'oublierai jamais(1).

Une ambiance propice à la participation sociale est décrite comme étant tissée de respect et de convivialité. S'il n'est pas toujours évident de décrire l'essence de cette atmosphère, ses effets sont néanmoins tangibles : les personnes qui participent se sentent bien et peuvent se développer sur le plan personnel. Souvent, ce genre de climat est comparé aux liens de proximité vécus dans une famille.

C'est comme une culture qui est installée, c'est comme un respect mutuel. On se salue. C'est une ambiance, c'est quelque chose de pas très explicable. [...] C'est une façon de façonner l'environnement qui fait que les gens sont bien. Ils sont respectés, ils sont écoutés, ils font des activités, c'est significatif pour eux(7).

---

<sup>13</sup> Cette organisation tripartite n'est pas éloignée du Cadre conceptuel de la santé et de ses déterminants, proposé par le Gouvernement du Québec. Ce modèle compte quatre catégories : caractéristiques individuelles, milieux de vie, systèmes, contexte global. En ce qui nous concerne, les catégories « système » et « contexte global » font partie d'un même ensemble, les facteurs sociaux. (Gouvernement du Québec (2010). *Cadre conceptuel de la santé et de ses déterminants : Résultat d'une réflexion commune*. Québec : Gouvernement du Québec).

Les participants de la consultation ont nommé plusieurs autres caractéristiques jugées importantes pour susciter ou renforcer la participation sociale des aînés. Il apparaît essentiel :

- d'avoir du plaisir;  
L'important, c'est de s'amuser, c'est d'avoir du plaisir à faire quelque chose avec du monde et tu sens que ça progresse(9).
- d'être écouté;  
Elle est attentive à l'autre, à ses problèmes. [...] Elle se rappelle de tous nos problèmes(1).
- d'être accepté « comme on est »;  
Depuis qu'il est dans le mouvement, il est heureux comme un poisson dans l'eau. Pourquoi? Parce qu'on appelle ça une famille. [...] On est respecté à notre juste valeur(12).
- d'être « reconnu ».  
On donne à ces personnes [aux bénévoles] une valeur dans la société en allant dire « C'est bon ce que tu as fait. Ça vaut la peine d'être fait. C'est reconnu »(11).

Le fait de partager un engagement basé sur des valeurs, sur un certain projet de société, est vu comme une autre dimension encourageant la complicité entre les acteurs d'un milieu de participation sociale. Par ailleurs, la vigilance est de mise par rapport à ce qu'un participant appelle la « chimie » entre les membres du groupe. Si la cohésion est lente à construire, elle peut être rapidement détruite, par exemple par un membre aux visées autoritaires. En même temps, une cohésion trop forte peut créer un effet pernicieux : les gens qui pourraient souhaiter participer ne le feraient pas parce qu'ils ne se sentent pas bienvenus en tant que « nouveaux ». De plus, il faut garder en tête que les milieux de participation sociale ne sont pas exempts des processus relationnels habituellement présents dans un groupe humain, comme la compétition et la formation de clans.

### **Respect de la liberté des personnes**

Des pratiques organisationnelles respectant la liberté de choix et d'action des aînés peuvent être positives pour la participation des gens. Par exemple, plusieurs personnes affirment qu'il est indispensable que les lieux de participation sociale soient flexibles pour accommoder l'horaire de chacun.

Nous autres, on est un centre d'action bénévole. (...) C'est certain qu'il y a un horaire pour le mois. À un moment donné, il y en a un qui ne « file » pas le matin. Pas capable d'y aller. Un autre a un rendez-vous chez le médecin qui est changé. Il faut le remplacer. C'est assez polyvalent. Ce n'est pas fixé, coulé dans le béton(9).



Également, beaucoup de participants ont insisté sur le caractère libre de la participation sociale et sur le fait qu'il ne faut pas la transformer en obligation ou en norme. Autrement dit, s'il est très bien que des aînés désirant participer socialement trouvent l'occasion et le lieu pour le faire, ceux qui choisissent un autre chemin doivent être respectés.

Il n'y a pas de coûts, alors on ne peut pas dire : « Je n'ai pas les sous ». Tout ce qu'on peut essayer d'avoir, c'est du transport. Mais, c'est gratuit, c'est libre aussi.

C'est libre, on ne se sent pas forcés.

Ce n'est pas un contrat<sup>(3)</sup>.

Plusieurs présentent la participation sociale non comme une fin en soi, mais plutôt comme un moyen parmi d'autres pour stimuler le bien-être des aînés. Pour rejoindre des aînés plus éloignés des circuits de participation, mais potentiellement désireux d'accroître leur participation sociale, il pourrait être utile d'adopter une approche progressive et non coercitive, qui suggère sans enrôler.

Ça arrive souvent qu'on rencontre des gens qui ne désirent pas s'impliquer au niveau du bénévolat. Moi, je compte beaucoup sur le respect du choix de la personne, on ne peut pas obliger non plus une personne à s'impliquer. Cependant, c'est quand même possible de lui expliquer ce qui se passe dans cet organisme-là, ou peut-être d'y aller tranquillement en lui proposant une personne qui pourrait l'accompagner, d'aller juste voir si ça peut lui plaire. Mais moi, je ne forcerais pas, je ne serais pas vraiment persistante pour essayer de convaincre<sup>(2)</sup>.

Ajoutons que certaines personnes jugent négativement ceux qu'ils considèrent comme des « inactifs », ce qui fait écho à des débats actuels quant aux contributions sociales des aînés. Dans une conjoncture marquée par les discours autour du vieillissement de la population, de la diminution présumée des capacités financières de l'État et de l'explosion des coûts du système de santé, la participation sociale est-elle un choix, un droit ou un devoir pour les aînés?

### **Obstacles à l'accès**

Par le terme « obstacles à l'accès », nous référons à tout ce qui, dans la configuration d'un lieu ou d'une activité, peut contraindre la participation de certaines personnes : architecture, coûts directs ou indirects, etc. Il s'agit de l'une des deux catégories (l'autre étant « préjugés et discrimination », que nous explorerons plus loin) regroupant le plus grand nombre d'extraits de verbatim.

Bien sûr, le groupe que nous avons animé auprès d'aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle a été riche en observations sur le plan de l'accès aux sites et aux interactions s'y déroulant; en même temps, ce genre de freins a été mentionné dans dix des treize groupes de discussion. Le fait de chercher à rejoindre des personnes vieillissantes rend le sujet encore plus central : par exemple, les enjeux de mobilité ne concernent pas une faible minorité, mais bien une proportion importante d'aînés. De manière générale, il appert que les contraintes d'accès peuvent générer la marginalisation de personnes qui, autrement, pourraient contribuer de façon significative aux activités d'un groupe ou d'une organisation.

Impliquer socialement des personnes qui n'ont pas de problèmes, ce n'est pas la majorité. Impliquer socialement les aînés vieillissants, ça, c'est problématique. Les aînés avec des contraintes, des limites, c'est le gros bassin des aînés. On n'est pas organisé pour ça. [...] Ce sont beaucoup de ressources qu'on perd. [...] Comment aller chercher ces personnes-là?(4).

Dans le cadre des groupes de discussion, nous avons recueilli plusieurs témoignages rendant compte de l'acuité de sentiments d'exclusion ressentis face à des barrières architecturales.

Moi, j'ai des enfants, ils ont des logements. Ils ne sont pas au premier étage. Ils ne sont pas pour faire le tour de la ville de Montréal pour trouver un logement au premier pour que maman puisse rentrer là. Alors, ils ont fait leur possible. Il y a des marches. Je ne peux pas y aller, jamais. Quand ils allaient à l'école, puis qu'ils étaient plus jeunes, ça, ce n'est pas un problème d'aîné. Je ne suis jamais allée aux rencontres des parents. Mon mari, il n'est pas handicapé. C'est lui qui s'est occupé de tout ça. Alors, ça se poursuit, ça, quand tu es plus vieille. Même si je voulais aller dans mon coin faire partie de la ligue catholique féminine; ils font les réunions dans une maison privée. Je n'irai jamais. Comprenez-vous? Quand on parle de participation des aînés handicapés, je pense personnellement qu'on parle de ces bases, qui enlignent pas mal tout le reste(13).

Plusieurs personnes non handicapées ont parlé de « niveaux » de handicap, qui, selon elles, modulent l'éventualité qu'une personne handicapée participe à telle ou telle activité. C'est comme s'il existait une hiérarchie au sein des aînés handicapés; les personnes en fauteuil roulant seraient les moins favorisées sur le plan de la participation sociale.

C'est en marchette que c'est moins compliqué. En fauteuil roulant, c'est plus compliqué. Pauvre petite madame(5).

Une deuxième question névralgique est celle des déplacements. Afin de se rendre d'un lieu à un autre, les personnes qui ont une incapacité motrice ou sensorielle peuvent recourir aux services de transport adapté. Plusieurs opinions négatives de ce service ont été exprimées; certains racontent par exemple qu'il serait inefficace et inadapté par rapport aux besoins des personnes résidant en zone rurale ou semi-urbaine. Néanmoins, les critiques ne proviennent jamais des participants qui en sont utilisateurs, laissant penser qu'il s'agit d'un problème davantage « perçu » que « vécu ». Également, des problèmes ont été mentionnés quant au transport en commun conventionnel, ainsi qu'au déneigement durant la saison hivernale.

On pense à l'hiver. On pense à l'entretien des routes, des trottoirs. [...] Puis je reviens encore à l'idée de ma grand-mère qui a une canne. L'hiver, elle a des pics sur sa canne puis elle a même des pics sur ses souliers. Ça lui arrive de tomber quand même. [...] Tu n'es pas sûr que tu veuilles sortir. Tu regardes dehors, puis tu dis : « Peut-être qu'aujourd'hui, je vais laisser faire. Il a neigé, ce n'est pas déneigé »(7).

En plus des freins de l'ordre de l'architecture ou des transports, il existe d'autres entraves à l'accessibilité des lieux de participation sociale. Les dimensions socioéconomiques en font partie : les revenus d'une personne, les déboursés associés à la participation à une activité donnée, etc. Dans le cadre des groupes de discussion, nous avons consigné des expériences de participation que ce genre de préoccupations a freinées, sinon annulées.

Moi, j'ai voulu m'inscrire comme personne parce qu'il y avait des gens que je connaissais qui y allaient [regroupement de personnes aînées]. Mais je ne suis pas une personne riche, je vis avec le Revenu garanti. [...] Je ne peux pas les suivre ces gens-là. Et je ne peux pas m'impliquer non plus avec eux parce ce que je n'ai pas d'argent. Ça va manger au restaurant presque régulièrement, ça va voir des pièces de théâtre, ça prend l'autobus pour aller à des places. Il a fallu que je prenne la carte de membre pareil. Parce que je ne veux quand même pas être exclue. Avant, j'allais déjeuner avec ma sœur. Ça me convenait dans mon budget d'aller déjeuner. Maintenant, c'est des dîners. Ça revient à quinze dollars. J'aime mieux me payer trois déjeuners que de me payer un dîner. Trois sorties au lieu d'une. Donc, je me suis retirée(9).

### **Communication de l'information**

Cette dernière sous-catégorie des facteurs organisationnels concerne la communication et la circulation de l'information. Elle rappelle que pour participer socialement, les aînés doivent être informés des milieux de participation qui existent, des différentes facettes de leur fonctionnement, etc. Ce thème concerne un aspect organisationnel crucial, mais souvent sous-estimé ou négligé.

Avoir accès à des informations appropriées en matière de participation sociale peut grandement améliorer la situation d'une personne. Les défis liés à l'accès à l'information changent-ils entre la période de travail salarié et la retraite? Des participants ont fait l'hypothèse que les réseaux sociaux des retraités sont plus diffus, et donc plus difficiles à mobiliser.

J'étais dans une période de deuil difficile, je ne savais pas comment m'en sortir et ma fille, qui est travailleuse sociale, m'a dit : « Pourquoi tu ne t'inscrirais pas au centre de jour? Il me semble, maman, que tu aimerais ça. » Je ne savais pas que ça existait. Tu sais, quand tu ne sens pas le besoin, tu cherches moins(6).

Pour les personnes handicapées par des incapacités sensorielles (audition et vue) ou intellectuelles, l'accès à l'information et sa compréhension sont primordiaux. Bien souvent, des conditions facilitatrices sont nécessaires (textes en braille ou en caractères agrandis, utilisation du français simplifié, recours aux langages des signes, etc.). Par ailleurs, les défis communicationnels peuvent être décuplés quand ces personnes s'impliquent dans des contextes participatifs « mixtes » (qui rassemblent des gens ayant ou non des incapacités, ou ayant des incapacités de diverses natures).

Parce qu'il y a aussi l'accès à l'information qui est très difficile pour nous. Que ce soit en chiffres agrandis, ou en lettres agrandies, ou encore dans différents endroits publics accessibles aux personnes âgées. On a vraiment des difficultés à ce niveau(13).

Ce point rejoint également le monde des technologies de l'information, puisque le fait d'être familial (ou non) avec Internet et de l'utiliser (ou non) peut moduler l'accès à diverses sources de renseignements.

On a un problème quand même de communication. Je donne un exemple. On est sept sur un conseil d'administration. Il y en a un, je pourrais dire malheureusement, il n'a pas d'ordinateur<sup>(5)</sup>.

### 3.2.2 Facteurs sociaux

#### Transformations démographiques et culturelles

La perception d'un changement de mentalité quant au rôle social des aînés est un motif très présent dans le corpus de données. Plusieurs racontent que l'époque où les aînés restaient socialement en retrait et représentaient des acteurs sociaux secondaires est définitivement révolue. D'autres parlent d'un changement en train de s'opérer, toujours manifeste à cause de la cohabitation de deux grands groupes d'aînés : d'un côté, les « plus âgés des âgés », issus de cohortes pour lesquelles la participation sociale à la retraite passait surtout par les loisirs et les activités sociales; de l'autre côté, les aînés « plus jeunes », désireux de réaliser des projets susceptibles de combler leur double besoin d'épanouissement et d'utilité sociale.

On a été entre les deux phases où les aînés n'avaient pas de rôle social tellement important. Aujourd'hui, on voit que l'aîné a un rôle important, essentiel dans la société<sup>(10)</sup>.

Lorsqu'on regarde les 70 et plus, qui font en majorité partie du club de l'Âge d'Or, ce sont des gens qui, antérieurement dans leur vie, n'ont peut-être pas eu beaucoup de participation sociale. À la retraite, ils ont besoin d'un réseau social puis ils vont aller vers les clubs de l'Âge d'Or. Si je regarde les 55 à 65 ans, ce sont des gens qui ont une participation sociale dans laquelle ils veulent avoir une signification de leur comportement<sup>(11)</sup>.

Certains participants interprètent différemment la dichotomie entre deux cohortes d'aînés dont les frontières d'âge restent floues. Ici, on dit que les aînés d'aujourd'hui aiment s'investir dans des rapports directs d'aide, alors que ceux de demain opteront davantage pour une implication en amont, dans les lieux de décision. Ailleurs, la différenciation s'établit sur la base d'une augmentation du niveau de scolarité des aînés, qu'on associe à la recherche d'occasions de participation sociale offrant des défis intellectuels. Fréquemment, la description de cette quête montre les clubs de l'Âge d'Or comme un modèle un peu passéiste, moins adapté aux intérêts « productifs » ou « décisionnels » des aînés baby-boomers.

Par ailleurs, plusieurs participants ont commenté que l'évolution des modes de vie est peu propice aux valeurs associées à la participation sociale. On affirme que les pratiques d'entraide, fréquentes auparavant, sont maintenant déclassées par l'individualisme régnant dans la société. La nostalgie d'un passé jugé solidaire est bien perceptible; la société québécoise aurait depuis traversé une transition identitaire durant laquelle se seraient dilués les grands projets collectifs.

Il me semble qu'on avait plus d'entraide dans ce temps-là. Mettons que les cultivateurs ne pouvaient pas faire quelque chose, il y avait des voisins qui faisaient des corvées. Il me semble que le monde était plus à l'écoute des gens. Maintenant, les gens pensent à eux. Ce qui les entoure, ce n'est pas important(11).

Parfois, on oppose les valeurs altruistes qui animent les bénévoles au « chacun-pour-soi » dominant. Des personnes notent même que l'engagement bénévole peut être moins « gratuit » qu'il ne l'était autrefois. Il semble que des bénévoles pourraient davantage chercher à satisfaire leurs besoins qu'à « se mettre en service d'autrui ».

Quand les personnes arrivent chez nous [comme bénévoles d'un organisme de services à domicile], ils veulent sortir de chez eux. Les baby-boomers nous viennent de la retraite, puis [ils disent] : « Qu'est-ce que vous payez, qu'est-ce que vous donnez, je suis prêt à faire ça, ça, ça ». Toi, tu dis : « Comment va-t-on concilier les deux? Comment va-t-on concilier la personne qui a le besoin et celle qui a la capacité de l'aider(4)? »

### Rapports d'âge et de santé

Beaucoup de participants considèrent que les aînés « d'aujourd'hui » sont en meilleure santé que leurs prédécesseurs. Toutefois, les verbatim donnent peu d'informations sur ce qui pourrait avoir provoqué des changements par rapport à la santé des aînés. Ce qui ressort clairement cependant, c'est qu'un état de santé favorable constitue un des leviers centraux du changement de mentalité présenté dans la rubrique précédente et qu'il ouvre des possibilités de participation sociale.

Avant, à 65, 70 ans, tu décrochais quasiment. Tu t'assois sur le balcon, puis tu attendais que la mort s'en vienne. Alors qu'aujourd'hui, tu es encore actif dans la société. Tu es encore une valeur ajoutée. Tu es encore important. Tu peux faire encore des choses. Tu peux encore les réaliser. *The sky is the limit!*

Animatrice : Qu'est-ce qui aurait changé?

D'abord, on a une meilleure santé. Je pense en fait que sur le côté intellectuel, on continue beaucoup. On est actif, comparativement à nos ancêtres, aux gens qui nous ont précédés, on continue à s'intéresser à la société, à y participer(11).

La problématique qu'on a réalisée en septembre, c'est que des gens [avec] un début d'Alzheimer ou des gens dérangement dans leur personnalité, c'est difficile. On a eu des dames qu'on a accueillies, qui ont été effectivement jumelées avec d'autres dames. L'année s'est bien passée, mais en décembre, les familles ont décidé de les ramener. On a senti qu'il y avait encore une barrière à ouvrir là-dessus. Ce n'est pas encore accepté dans une société de 50 à 70 ans(10).

À l'inverse, dans une société prônant le vieillissement en santé, ceux qui ont des ennuis à ce chapitre peuvent-ils penser participer socialement? Des intervenants ont abordé la complexité de l'intégration à des milieux de participation sociale pour des aînés ayant des comportements perturbants ou « différents ».

Des problèmes de santé peuvent altérer les activités participatives des aînés, et même modifier certains choix de vie qu'ils auraient crus immuables. Par exemple, une diminution de l'autonomie fonctionnelle peut complexifier les possibilités de participation sociale. Parfois, c'est la santé des membres de l'entourage qui influence la participation sociale d'une personne, surtout si cette dernière joue le rôle de proche aidant. Également, un deuil peut être l'occasion d'un processus de changement personnel qui amène à transformer des pratiques, des habitudes. Plusieurs expliquent qu'il s'agit d'un événement qui peut, dans certains cas, fragiliser les conditions affectives des aînés tout en accentuant leur sentiment d'isolement social.

### **Préjugés et discrimination**

Cette catégorie est celle qui regroupe le plus grand nombre d'extraits parmi les facteurs influençant la participation sociale des aînés. Elle fait état d'un sentiment ou d'une expérience de discrimination inhibant la participation sociale. La forme de rejet la plus fréquemment nommée résulte de l'âgisme, une discrimination fondée sur un critère d'âge.

[En parlant de la retraite] C'est tout l'arrondissement où tu produis, puis tu es efficace, puis tu bâtis, mais tout à coup, tu ne fais plus rien. Alors, il y a beaucoup d'aînés qui sont comme ça.

Il y a un grand questionnement qu'il faut savoir récupérer. Parce que le fait qu'on est mis de côté parce qu'on prend trop de place, c'est un rejet. Puis il faut arriver à le dépasser, ce rejet-là. Mais ça ne se fait pas. Parce qu'en même temps, il y a le vieillissement, tu n'as plus le charme que tu avais à 30, 35 ans. Tu sais. Le monde te regardait d'une façon intéressée. Mais là?! (rires)(9).

Ces préjugés peuvent être présentés sous un aspect diffus, en tant que représentation sociale partagée. Par exemple, on peut imposer aux aînés une image d'individus méritant le repos après avoir traversé une existence bien remplie.

Souvent, ils [les aînés] sont considérés comme [cela] : « Vous avez un bon bout de chemin de fait, maintenant reposez-vous, restez calmes »(2).

D'autres personnes parlent d'indifférence et de mépris face aux aînés, ce qui peut alimenter l'inaction en matière d'intégration des personnes vieillissantes aux espaces publics. Parfois, l'expérience de l'âgisme est vécue dans le cercle familial, alors qu'on reproche aux aînés d'avoir bénéficié et de continuer de profiter de bonnes conditions de vie, contrairement à ce qui est vécu par les générations plus jeunes.

Encore des gens qui ne veulent rien savoir des aînés. Qui les trouvent plates, radoteurs. On ne leur laisse vraiment pas la place(7).

Par ailleurs, la discrimination n'est pas uniquement exercée « contre » les aînés; ils peuvent aussi en être à l'origine. On rapporte un âgisme « intra-aînés », observé chez des retraités « en santé » par rapport à des aînés ayant des incapacités. Ce comportement serait motivé par la peur de vieillir, par le refus ou la crainte d'expérimenter un déclin de ses propres capacités. Comme si être en compagnie de personnes âgées considérées comme moins bien portantes confrontait la personne à l'image de sa propre « finitude ». Cette situation présente des enjeux particuliers pour les milieux de participation sociale, puisque la

possibilité d'une mixité entre aînés ou adultes présentant une diversité de situations et de conditions physique n'est pas acquise.

Je regarde dans le centre d'action bénévole présentement. Le recrutement pour le programme « Lire et faire lire » auprès des enfants, le recrutement pour des activités sociales se passe très bien. Mais le recrutement pour offrir des services à des aînés en perte d'autonomie est beaucoup plus difficile auprès des jeunes retraités. Pourquoi? Parce que la vieillesse fait peur. C'est dans notre société. On ne la montre plus la vieillesse. (...) Ça nous ramène tous à notre propre vieillesse qui s'en vient, qu'on le veuille ou non. Ça, c'est social, c'est une question de valeur aussi(10).

L'âgisme est présent dans les rapports sociaux, mais aussi dans les contenus médiatiques. Les aînés seraient souvent associés à un fardeau économique nuisant au développement social. Également, les séries dramatiques présentées à la télévision n'offrent pas beaucoup de rôles positifs aux aînés.

Ce que nous projettent les médias et ce qu'on entend dans l'opinion publique, c'est que les vieux c'est un problème. Ça va coûter cher(5).

L'âgisme peut aussi se doubler d'une discrimination dirigée vers une incapacité intellectuelle, cognitive, sensorielle ou motrice.

Mais monsieur X a toujours fait partie du club de l'Âge d'Or. Puis il est rendu en fauteuil roulant électrique, puis il y a quelque temps, ils l'ont refusé carrément en lui disant qu'il ne pouvait plus y aller. Parce qu'il était trop handicapé. [...] Il y a beaucoup de discrimination encore qui existe à travers les groupes. Et on doit faire face à ça en plus du problème de l'accessibilité, qui pour nous est majeur(13).

Le sexisme est une autre source de discrimination. Il consiste à attribuer des caractéristiques aux individus en fonction de leur sexe. Nous en avons trouvé l'empreinte dans nos données, exprimée dans des compétences et des rôles vus comme étant particuliers aux femmes ou aux hommes âgés.

Les femmes sont plus portées aux soins, à l'aide, à l'intervention individuelle, elle est aidante naturelle, tandis que le bénévolat au masculin est beaucoup plus dans l'action décisionnelle. Ils savent dire non, ils savent mettre leurs limites(4).

Un dernier type de préjugés recensés est dirigé vers les clubs de l'Âge d'Or. Ce mouvement associatif est agrégé à un regroupement d'aînés surtout préoccupés d'amusement. Pourtant, certaines personnes montrent les limites de ce jugement hâtif. Elles pensent qu'il est réducteur de ne pas considérer l'Âge d'or comme un mouvement pertinent, ayant sa place et répondant aux besoins de socialisation de nombreux aînés.

Moi, j'étais de ce groupe au départ qui disait : [en parlant des membres de la FADOQ] « Ils s'amusent, ils font des jeux, ils ne font pas grand-chose ». (...) J'ai découvert avec la FADOQ que les services qu'ils rendaient, que ce soit des jeux, des voyages (...), ils essaient de suivre leur clientèle, les besoins des personnes. (...) Où est-ce que tu vas si tu es une femme à la maison et que tu n'as jamais eu un réseau d'appartenance? Tu as la FADOQ qui est destinée à te faire rencontrer des gens(12).

### 3.2.3 Facteurs individuels

#### Expériences de vie antérieures

Ce point rend compte de l'influence que peuvent avoir les expériences de vie antérieures dans la participation sociale des aînés. Pour plusieurs participants, « on vieillit comme on a vécu ». Le niveau de participation sociale durant la vieillesse serait donc comparable à ce qu'il était dans les périodes de vie précédentes. Ce genre d'observation souligne l'importance de profiter de la période de « jeunesse » ou de travail salarié pour créer un réseau social diversifié, qui sera encore présent au moment de la retraite, lorsque les occasions de côtoyer des gens se modifient. À l'inverse, si la participation sociale ne fait pas partie de la vie de la personne avant sa retraite, il y aurait peu de chance qu'elle s'y intègre après.

Lors de la discussion du cas fictif d'une professeure à la retraite cherchant un lieu de participation (voir la section 4 portant sur les pistes d'action), les échanges ont été très révélateurs quant au poids accordé au cheminement professionnel dans les possibilités et les choix de participation sociale des aînés. En effet, le statut de professeur consent au personnage un haut niveau de compétence et de crédibilité sociales.

Monsieur Parent<sup>14</sup> peut s'impliquer dans le conseil d'administration, peut s'impliquer dans le transport d'accompagnement, la popote, dans toutes les activités qu'on a.

Il n'y a pas de contrainte. Il n'y a aucune contrainte. Il était professeur, alors il a un bon niveau académique. Il est mobile(4).

À l'inverse, les gens censés avoir un répertoire de compétences moins développé, tels que les travailleurs dits manuels ou les femmes n'ayant pas travaillé sur une base rémunérée, sont davantage associés à des milieux de participation sociale organisés autour de loisirs. Toutefois, cette dichotomisation peut générer de l'exclusion dans les milieux de bénévolat, puisque les personnes ayant moins de scolarité ou en moins bonne santé, par exemple, pourraient être tenues à l'écart.

Actuellement, on n'a pas de problèmes avec ces bénévoles, on les veut scolarisés, on les veut en santé, on les veut dynamiques. Ce n'est pas la majorité des bénévoles. Ceux qui ont des problèmes, on n'en veut même pas comme bénévoles. C'est une réalité, il faut le dire. C'est plus des problèmes pour les organismes que de l'aide(4).

Enfin, si la continuité des cheminements est affirmée par beaucoup de participants, d'autres évoquent la possibilité du changement. Plusieurs ont introduit une question fondamentale concernant la relation entre la trajectoire de vie et la participation sociale : dans quelle mesure les gens sont-ils influencés par leur parcours professionnel au moment de choisir leur milieu de participation sociale?

---

<sup>14</sup> Ce nom réfère à une mise en situation utilisée dans la troisième et dernière situation d'animation décrite au point 4.1.



### **Valeurs, personnalité et attitude**

Cette catégorie de facteurs personnels s'intéresse à la manière dont la personnalité des gens peut orienter leur participation sociale. Selon certains, la configuration de la personnalité laisse une empreinte indélébile sur les choix en matière de participation sociale, empreinte qui est vue comme allant au-delà des appartenances de toutes sortes (professionnelles, de classe sociale, etc.).

Il y en a qui circulent. Il y en a qui se restreignent à un club. Il y en a qui ont [une grande variété] d'amis aussi. Tout est une question de... comment expliquer ça? Ce que j'ai comme tempérament, la personnalité. Ça reflète ça. Il y en a qui prennent leur retraite puis « go », on s'en va préparer des repas pour la popote(10).

Des traits de personnalité comme l'altruisme et la sociabilité sont perçus comme des moteurs participatifs. Ils sont présentés comme quelque chose de « naturel », d'« inné », de « vocationnel ». À l'inverse, la participation peut aussi être un bon moyen de développer ses habiletés relationnelles, pourvu que le contexte s'y prête.

Quand il y a beaucoup de monde, souvent, il y a des personnes qui vont parler facilement, puis il y a des personnes qui sont un peu plus gênées, elles vont s'abstenir. Alors, quand le groupe n'est pas trop gros, toutes les personnes peuvent s'exprimer(3).

L'idée d'un soutien à la participation ne fait pas nécessairement l'unanimité, puisque plusieurs personnes entrevoient la participation sociale comme une affaire d'attitude : « Si on veut, on peut ». En d'autres mots, la responsabilité de participer socialement se trouve d'abord entre les mains des personnes. Le concept de volonté vaut aussi pour les moments où des difficultés se présentent.

Il y a un moyen pour une madame dynamique de s'organiser(8).

Quand on veut, on ne s'ennuie pas(1).

### **Trajectoire du projet de retraite**

L'expression « trajectoire du projet de retraite » réfère au lien entre les choix et les conditions de vie des retraités, et leurs modalités de participation sociale. Les participants de la consultation avaient beaucoup de choses à dire sur ce sujet. De nombreuses personnes ont parlé du processus de réflexion existentielle qui peut accompagner l'entrée dans l'étape de la retraite et qui amène à se remettre en question sur ses goûts et ses aspirations personnelles.

Certains participants parlent d'un processus réflexif en deux temps. Au début de la retraite, plusieurs personnes vivraient un désir de repos qui les éloignerait de la formulation de projets précis. Après un certain temps néanmoins, plusieurs en viendraient à se questionner sur le sens de leur vie, une circonstance qui pourrait mener à l'engagement dans un milieu de participation sociale. Une personne utilise la notion de « mission » pour expliquer le fait que, selon elle, un projet de retraite doit être significatif et mobilisateur, à la fois pour la personne et son environnement.

Quand tu entres à la retraite, tu fais d'autres choses. Premièrement, tu vas prendre du repos. Tu vas tout arrêter, puis tu dis : « Je ne veux rien savoir. Je suis à la retraite ». Puis, tu te réveilles et tu dis : « Il faut que je fasse quelque chose dans ma vie »(8).

Si on reconnaît l'importance de cette démarche réflexive, on souligne également qu'il n'existe pas de mode d'emploi et que chaque trajectoire a son propre rythme et ses propres exigences. De surcroît, la participation sociale ne représente pas le seul projet de retraite significatif. Plutôt que d'imposer un modèle unique de participation sociale, il convient de rester connecté aux intérêts des gens et de proposer des activités ou des implications stimulantes, enracinées dans l'histoire de vie.

Le sens de ta vie, tu peux le retrouver par une participation sociale, tu peux le retrouver en allant chez McDo [chaîne de restauration rapide McDonald] pour jaser. C'est de trouver un sens, quelque chose qui t'allume dans la vie(4).

### Concurrence interactivités

Certains aînés préfèrent ne pas s'engager dans une forme de participation sociale ou une autre, alors que pour d'autres, c'est la diversité de leurs intérêts qui limite ou morcèle leurs activités participatives. Par exemple, les personnes qui travaillent auprès ou avec des aînés sont promptes à présenter les « nouveaux bénévoles » comme des « hyperactifs » qui s'investissent dans une grande variété d'activités. Dans les milieux de bénévolat, cette situation peut présenter des enjeux par rapport à la nature et à l'organisation des responsabilités des aînés. D'une part, les rôles joués par les bénévoles doivent être stimulants et circonscrits. D'autre part, une certaine flexibilité est requise pour s'adapter aux fluctuations de leur disponibilité. Cela génère un défi de taille : conjuguer l'assiduité inégale des bénévoles et le maintien d'une offre de services.

Je me rends compte que les nouveaux retraités qui arrivent présentement, par rapport à ceux qui sont dans l'organisme depuis 25 ans, il y a une façon [différente] de se situer comme personnes qui veulent venir donner un coup de main. [...] On a dit tout à l'heure qu'ils ont différentes identités. C'est très clair dans la façon dont ils vont m'offrir leurs services. Il faut pouvoir accueillir cette disponibilité qui a des limites très claires(10).

Parmi les questions posées à la participation sociale par les « identités plurielles » des aînés « d'aujourd'hui », notons :

- Le fait de « manquer de temps » pour mener de front plusieurs activités.  
Les aînés, malgré leur grande disponibilité, des fois, ils manquent de temps. Parce qu'ils ne réussissent pas à faire tout ce qu'ils ont à faire. Parce qu'ils veulent continuer à s'amuser, ils veulent continuer à rencontrer leurs familles, ils veulent rendre quelque chose à la société(10).
- Un rapport ambivalent face à l'engagement : je participe, mais je ne m'engage pas.  
On est un mouvement qui regroupe des dames. Ça fait trente ans que le mouvement existe. Une journée par semaine, on regroupe des dames qui viennent participer à des activités, des conférences. Et la problématique comme X disait, c'est qu'on n'a pas de relève. [...] Les 50, 60, 65 ans, c'est : « J'embarque, mais je ne m'implique pas. ». Alors, on se demande où vont les nouveaux retraités, puis leur but(10).

- Les critiques réciproques entre ceux qui s'impliquent socialement et ceux qui ne le font pas.

Nous autres, on parle de ça. Comment ça se fait qu'il y a du monde qui s'installe devant leur ordinateur pour jouer aux cartes? Moi, je ne sais pas pourquoi ça se peut(12).

Il y en a encore des gens dans mon entourage qui me demandent : « Qu'est-ce que tu vas faire là, à part de faire des concertations? Pourquoi tu vas là? Pourquoi tu ne t'amuses pas? Pourquoi tu te casses la tête? »(8).

- La difficulté à rejoindre ou à recruter des personnes extérieures aux réseaux déjà constitués.

Tantôt on a parlé des « toujours les mêmes ». Les TLM. C'est sûr que les bénévoles sont souvent impliqués dans plusieurs secteurs. Puis, au centre, c'est un perpétuel défi d'aller chercher de nouvelles personnes. On est contents de savoir que ça fait cinq, dix, quinze ans qu'ils sont avec nous autres. Mais aller en chercher de nouveaux, puis les garder chez nous, c'est difficile(10).

Par ailleurs, une participation sociale très intense ou engageante peut mener à de la fatigue ou même à l'idée d'un retrait du milieu de participation. Pour éviter ce genre de situation, il peut se révéler important de limiter son implication, de ne pas dire « oui » à tout. Toutefois, cette priorisation ne va pas sans heurt sur le plan émotif. Une personne dira même que la force de son engagement n'est pas compatible avec le fait de dire « non ».

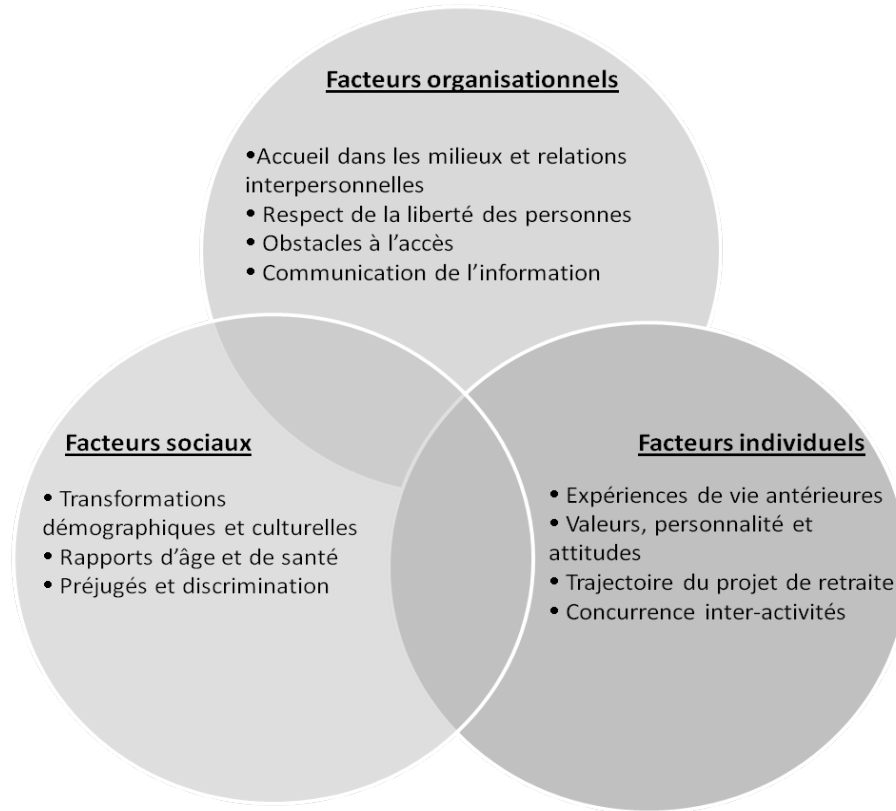
Quelquefois, il faut savoir dire non, sinon on devient envahis, on en a trop, puis ça devient difficile. (...) Moi, c'est un peu mon problème. C'est difficile de dire non. Mais quand même, il faut tenir compte des priorités, savoir aller où le besoin est, le vrai besoin(9).

Ces réflexions s'inscrivent dans le contexte de la valorisation appuyée de la participation sociale des aînés, qui exerce, selon certains, une pression sur leur parcours de vieillissement. Est-il possible que les attentes sociales face à la participation sociale soient supérieures pour les aînés que pour d'autres groupes d'âge, générant pour les premiers des tensions individuelles inconfortables?

Moi, je commence à avoir moins le goût de l'action. Un petit peu plus d'observer la vie, d'être bien dans ma vie, d'accueillir. Et je n'entends pas les aînés parler de tout ça. Les aînés c'est : « Elle a 81 ans puis elle est encore active »(13).

### 3.3 DE LA RECHERCHE À L'ACTION

Les données issues des groupes de discussion fournissent de nombreux renseignements quant à ce qui peut être favorable ou défavorable à la participation sociale des aînés. Nous avons rapporté les catégories les plus denses, les facteurs sur lesquels plusieurs personnes se sont prononcées. En même temps, nous avons conscience que ce n'est pas nécessairement parce qu'un facteur a été mentionné par peu de participants qu'il est moins décisif ou prévalent.



**Figure 3** Différents facteurs qui peuvent influencer la participation sociale des aînés

Une des forces de cet éventail pourrait être qu'il montre la nécessaire circularité des facteurs; ils ne peuvent être pris isolément, puisque chacun a des dimensions ou des implications individuelles, organisationnelles et sociales. Par exemple, la signification octroyée aux pratiques de participation sociale n'est pas qu'individuelle; elle repose également sur la visibilité et la reconnaissance collectives qui sont octroyées à ces pratiques, ainsi que sur les rapports personnes-organisations dans lesquels elles s'incarnent. Ce constat nous rappelle qu'au-delà d'une valorisation unanime et non différenciée de la participation sociale, il est essentiel de comprendre que tous n'ont pas les mêmes possibilités, conditions et aspirations à cet égard. La question des inégalités sociales attire l'attention; pensons notamment aux conditions socioéconomiques et aux représentations et préjugés qui peuvent en découler. Est-on sensible au fait que les situations de pauvreté, par exemple, peuvent influencer non seulement l'accès à des activités présentant des coûts directs ou indirects, mais aussi la manière dont on est « reçu » et « vu » dans un milieu donné? Une autre réalité susceptible de générer des inégalités est le fait de vivre avec des conditions de santé limitantes ou handicapantes. Bien souvent, ces aînés ne profitent pas des mêmes conditions de participation que les aînés dits « bien portants », « autonomes ».

Par ailleurs, la mise en relation des opinions d'une grande diversité de participants a permis de mettre en lumière des contradictions et des ambivalences relatives à certains facteurs. Pensons par exemple au transport adapté. S'il a été décrié et critiqué par plusieurs

personnes, notamment des intervenants du réseau de la santé et des organismes communautaires, des aînés handicapés l'apprécient et le considèrent comme un allié. Se pourrait-il que dans certaines circonstances, les ratés anticipés de ce système servent à justifier l'exclusion des aînés handicapés de certains espaces de participation sociale?

Un autre point d'intérêt est la manière dont s'organisent les trajectoires individuelles de participation. Chacune incorpore des aspects organisationnels, socioculturels et personnels, tout en demeurant une combinaison unique, changeante, non reproductible, une histoire singulière qu'il est souhaitable de soutenir, mais qu'il reste impossible de prévoir ou de diriger.

Plus qu'une « liste d'épicerie », il faut voir dans ces résultats des points d'appui pour la réflexion, une sorte de grille de lecture et d'analyse d'un milieu, d'un groupe ou d'une personne par rapport à la participation sociale. Pour une situation, certains facteurs apparaîtront éclairants, d'autres inopportuns. Pour une autre situation, les facteurs appropriés changeront, se modéreront, s'exacerberont. De nouveaux facteurs pourront être ajoutés. En somme, il s'agit de développer une analyse « taillée sur mesure » tout en s'assurant de considérer des aspects structurants dans la relation aînés-participation sociale. Au regard de chacun des facteurs retenus, il pourra être adéquat de se demander : pouvons-nous chercher à « intervenir » sur ce facteur, c'est-à-dire à le potentialiser ou à l'amenuiser en fonction d'une participation sociale plus pleine et satisfaisante? Si un facteur ne peut être modifié, pour des raisons pratiques ou éthiques, il sera utile d'imaginer les moyens d'en tenir compte pour une participation sociale optimale.

## 4 COMMENT FAVORISER ET MIEUX SOUTENIR LA PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉS?

### 4.1 MÉTHODOLOGIE

Identifier des moyens pour favoriser et mieux soutenir la participation sociale des aînés constituait le troisième et dernier grand objectif des groupes de discussion. Par le biais de l'activité proposée aux participants pour explorer ce sujet, nous voulions à la fois consigner des informations sur les milieux de participation existants et recueillir des idées ou de nouvelles stratégies d'action.

Cette activité se fondait sur trois mises en situation fictives :

- Madame Fortier est une dame de 78 ans qui vit dans la même maison depuis 40 ans. Il y a trois ans, elle a dû commencer à se déplacer en fauteuil roulant en raison de problèmes graves à la hanche. Son mari est décédé l'année suivante. Heureusement, ses deux enfants sont présents. Ils l'aident beaucoup avec ses tâches domestiques et la préparation de ses repas. Maintenant qu'elle s'est habituée à l'absence de son mari et à sa perte d'autonomie, Madame Fortier aimerait sortir, voir du monde, participer à des activités ou à des projets.
- Monsieur Bouchard a 71 ans. C'est un célibataire qui vit seul depuis toujours. Quand il travaillait, il avait des amis, un réseau social. Mais depuis qu'il est retraité, il ne voit presque plus personne. Il se sent seul et triste; il sort de moins en moins de chez lui. Pourtant, il aimerait bien avoir une vie sociale comme avant.
- Madame Parent est une retraitée dynamique de 67 ans. Elle a toujours travaillé comme professeure. Maintenant qu'elle a plus de temps, elle aimerait s'impliquer socialement, « redonner ce qu'elle a reçu » comme elle dit. Cependant, elle ne sait pas comment faire. Ses amis l'invitent à des activités sociales, mais madame Parent cherche autre chose, un autre genre d'engagement.

Ces situations ont été inventées avec le souci de représenter différentes situations de vie, différents « profils » d'aînés. Les facteurs d'influence de la participation sociale des aînés identifiés dans la revue de la littérature ont balisé le processus de rédaction. Ils ont suggéré des caractéristiques à attribuer aux personnages fictifs en fonction de dimensions comme l'état de santé, la situation civile, l'âge, le temps écoulé depuis le début de la retraite et les motivations personnelles.

Suite à la lecture de ces histoires, nous demandions aux participants de réfléchir à ce que nous pourrions faire pour répondre aux besoins des personnes décrites, et ce, soit à partir de ressources déjà en place, soit à partir de ressources qui pourraient être créées. Ce déclencheur a été efficace pour générer des échanges d'idées lors des groupes de discussion. Souvent, les participants « s'identifiaient » aux personnages et les situaient en fonction d'expériences personnelles, ce qui stimulait leurs réflexions quant aux possibilités de participation sociale. Dans plusieurs groupes, l'activité a mené à une cartographie locale

des milieux de participation sociale. Pour ce qui est d'imaginer de nouveaux projets ou activités, bien que des idées aient été répertoriées, il semble qu'il s'agisse d'un exercice créatif complexe qui mériterait d'être approfondi sur la base des pistes offertes par les participants.

## 4.2 RÉSULTATS ET INTERPRÉTATION

Les participants aux groupes de discussion ont partagé des idées nombreuses et variées concernant les manières de favoriser la participation sociale des aînés. Aux fins d'analyse, nous avons repris la classification tripartite utilisée dans la section des facteurs influençant la participation sociale. Nous présenterons donc des pistes d'action d'ordre :

- **Organisationnel** : pistes qui concernent les pratiques des groupes et des institutions cherchant à favoriser la participation sociale des aînés. Elles visent à ce que les organisations soient plus accueillantes pour les gens, qu'elles répondent à leurs aspirations et qu'elles puissent profiter des moyens nécessaires à leurs actions.
- **Social** : pistes qui ciblent les discours entourant la participation sociale des aînés. Elles cherchent à transformer les idées et comportements discriminatoires à l'égard des aînés et de leur participation à la société (âgisme).
- **Individuel** : pistes qui s'attardent aux besoins, désirs et conditions de vie personnels des aînés. Elles ont pour objectif de mieux les rejoindre et de les soutenir en fonction des modes de participation sociale qu'ils choisissent.

### 4.2.1 Pistes d'action organisationnelles

Cette première catégorie de pistes d'action regroupe des propositions visant à développer et à renforcer les savoir-faire et les savoir-être dans l'organisation des milieux de participation sociale. Dans la perspective de la mise au point de ces initiatives, plusieurs participants ont rappelé l'importance que les aînés soient les premiers acteurs des décisions prises, puisque ce sont eux les « experts » de leur situation.

Les aînés sont les mieux placés pour pouvoir dire ce dont ils ont besoin. Nous, on ne vit pas ce qu'ils vivent. On a des échanges avec eux qui font qu'on peut être un peu [un] porte-parole [...] Mais dans le fond, ce sont eux qui savent ce qu'ils vivent<sup>(7)</sup>.

#### **Accompagner, adapter, accommoder**

Cette catégorie constitue le pivot des pistes d'actions organisationnelles. Le libellé se veut suggestif d'une prise en compte plus intégrée de la diversité des personnes âgées. Dans les sections précédentes, nous avons abordé les complexités et les richesses de la participation sociale des aînés, notamment en lien avec les métamorphoses des parcours de vieillissement. Cette phase de vie est souvent présentée sous l'angle d'une période cruciale en termes identitaires et existentiels. Pour cette raison, des participants ont mentionné qu'il serait judicieux que les aînés puissent profiter d'un suivi individualisé pour accompagner leurs choix de projets ou d'activités de retraite.

Il y a un concours de circonstances qui fait que ça va être gagnant ou pas. Il y a plusieurs choses : le groupe où tu es, le temps que tu prends pour analyser, des conseils. Et c'est pour ça qu'à un moment donné, X avait dit dans la réflexion : « On a des conseillers en orientation quand on est à l'école, au secondaire, pour choisir notre future carrière. Pourquoi on n'en aurait pas à notre retraite, quand on pense à ce qu'on veut faire dans la vie. Pourquoi il n'existerait pas des conseillers en orientation pour ton dernier bout? Y a-t-il un bout que j'aimerais travailler? »(12).

Comme nous l'avons vu en parlant des facteurs influençant la participation sociale des aînés, les participants aux groupes de discussion considèrent que « la vieillesse » s'est passablement transformée au cours des dernières années : changements de mentalité quant au rôle social des aînés; allongement considérable de la période de « retraite » et fractionnement des « phases » à l'intérieur de celle-ci (les « vieux jeunes », les « vieux vieux »); amélioration des conditions socioéconomiques et de santé pour certains aînés; pluralisation des projets de retraite; apparition ou persistance de certaines inégalités sociales, etc. Les participants de la recherche se sont montrés sensibles au fait que tous les aînés ne présentent pas un profil identique, celui de la personne en bonne santé, scolarisée, indépendante de fortune et avide de relever de nouveaux défis.

C'est d'être capable d'aller chercher ces gens pour les faire participer. Mais, au niveau de la personne handicapée, ça va être plus difficile à cause des contraintes. La personne comme madame Parent [de la mise en situation fictive], quand on voit des gens comme ça, on ne les laisse pas sur les tablettes d'habitude. Ce n'est pas long qu'on leur trouve quelque chose qui va leur plaire.

Mais, il y en a des personnes handicapées qui pourraient apporter quelque chose si on avait les facilités que je nommais tantôt. On a besoin de ces gens idéalement. Il y aurait des besoins(4).

Plusieurs ajustements ont été suggérés pour faire en sorte que les milieux de participation soient plus respectueux des situations de vie, des besoins et des aspirations des aînés. Parmi ceux-ci, notons :

- *L'accroissement de l'accessibilité physique des milieux de participation sociale* : lorsqu'il n'est pas possible de rendre un lieu accessible, des participants invitent à rechercher des options alternatives pour permettre la participation de tous, comme par exemple changer le lieu d'une réunion.
- *L'amélioration continue du système de transport adapté*<sup>15</sup> : bien que les participants des groupes de discussion qui l'utilise en fassent une évaluation généralement positive, il semble nécessaire de s'assurer que tous les aînés y aient accès, notamment les personnes qui vivent en milieu rural et les personnes qui vivent des difficultés temporaires de mobilité.
- *La flexibilisation des « horaires » des activités de participation sociale*, notamment des activités bénévoles, afin qu'ils soient mieux ajustés aux disponibilités des aînés.

---

<sup>15</sup> Le mandat des services de transport adapté est de transporter, sur un territoire donné, les personnes handicapées qui ne peuvent pas utiliser le service en commun régulier (tiré du site Internet du Réseau de transport de la capitale : <http://www.rtcquebec.ca/Transportadapté/Transportadapté/tabid/204/Default.aspx>, Consulté le 7 janvier 2011).



- *La sensibilité aux besoins et aux intérêts* « émergents » ou « changeants » des aînés, à l'image du mouvement de l'Âge d'or, qui, selon quelques participants, a diversifié ses activités pour mieux répondre aux besoins de ses membres.

### **Mieux informer**

L'accès à une information appropriée et compréhensible est au cœur des processus de participation sociale. Selon plusieurs participants des groupes de discussion, les aînés peuvent ne pas obtenir les informations qui permettraient ou faciliteraient leur participation. Afin de pallier ce genre de problème, des personnes ont suggéré d'en améliorer le rayonnement. Des outils ont été proposés : un agenda, un calendrier et une banque d'informations sur le bénévolat. Les possibilités offertes par les médias communautaires ont aussi été évoquées, notamment dans les régions rurales, afin d'annoncer et de rendre compte des activités participatives locales.

Des choses que les gens ne savent pas. C'est d'essayer d'avoir la communication, que tout le monde soit au courant de ce qui se passe dans le quartier. (...) L'information, il ne faut pas nécessairement qu'elle soit seulement écrite mais qu'elle soit aussi auditive. Parce que les personnes qui n'aiment pas lire et qui ont un dépliant, elles disent : « Je le lirai tantôt ». Finalement, le dépliant est sur une tablette, puis on les a jamais vues [les personnes]. Moi, j'appelle ça du bouche-à-oreille<sup>(3)</sup>.

Par ailleurs, certains participants relèvent que la diffusion d'informations doit être adaptée à différents profils; par exemple, elle ne devrait pas être exclusivement écrite pour rejoindre les gens ayant de la difficulté à lire, notamment les personnes handicapées par une incapacité visuelle, immigrantes ou faiblement scolarisées.

### **Mobiliser les gouvernements**

Le rôle direct des gouvernements dans la promotion de la participation sociale des aînés a été discuté en profondeur dans un seul des treize groupes de discussion, celui regroupant des aînés bénévoles. Pour ceux-ci, il est essentiel que s'accroisse la reconnaissance gouvernementale de la participation sociale des aînés, notamment par le biais d'un financement stable et récurrent des initiatives communautaires développées par des aînés. Cet appui est perçu comme la nécessaire contrepartie de la volonté des pouvoirs publics de favoriser le soutien à domicile. Si l'on veut que les citoyens prennent en charge la réponse à certains de leurs besoins, il faut leur en donner les moyens.

On constate que le gouvernement a de plus en plus une volonté de faire quelque chose pour les aînés. Il y a un ministère qui s'appelle des aînés. Il devrait sans doute y avoir un volet qui pourrait s'intituler, par exemple, les aînés et le communautaire. Tu aurais une partie « services » et une partie « financement ». [...] Je parle de fonds statutaires et non pas de fonds à la bonne volonté des partis politiques<sup>(9)</sup>.

On voit poindre dans ces propos les débats entourant non seulement le glissement des responsabilités étatiques en matière de santé et de services sociaux vers les réseaux d'action communautaire, mais aussi la reconnaissance de la spécificité et des apports du bénévolat. Sans retenir pour l'heure ce genre de questions, il reste qu'elles s'avèrent essentielles à l'analyse du thème de la participation sociale des aînés. Nous y reviendrons un peu plus loin.

### **Construire des partenariats**

Les collaborations entre différents acteurs sociaux représentent une dernière piste d'action organisationnelle susceptible de favoriser la participation sociale des aînés. La voie partenariale semble judicieuse pour assurer à la fois une meilleure compréhension des besoins des aînés et une mise en commun des ressources nécessaires pour y répondre.

Dans le cas des personnes handicapées par une incapacité motrice ou sensorielle, la dimension collaborative acquiert une connotation particulière en raison de l'histoire de leur mouvement social, qui a longtemps été divisé par les catégories de handicaps créées par l'Office des personnes handicapées du Québec. Certains réclament une « re-solidarisation » des associations composant le mouvement.

Ceux qui ont mon âge, vous vous rappellerez, il y a plusieurs années maintenant, on était tous ensemble les associations. On était du multi-handicapé qu'on appelait. Physique, sourd, aveugle. Et ça nous permettait de nous réunir et d'avoir une force commune et d'échanger l'information. Sauf que quand l'Office des personnes handicapées du Québec est arrivé, ils ont décidé de nous diviser. Pourquoi? Parce qu'eux-mêmes, leur flagrance, c'était de diviser pour mieux régner. Alors, on est chacun dans notre coin. Puis moi, je dis : avant d'aller informer la population, il faudrait se réunir les associations ensemble, échanger notre information. Puis préparer notre information pour le public, mais ensemble. C'est là qu'on serait fort. C'est là qu'on aurait du « pushing ». C'est là qu'on aurait du pouvoir. Et non pas comme l'Office actuellement, les sourds dans leur coin, les aveugles dans leur coin, les physiques dans leur coin. On ne se parle pas. On ne se connaît pas<sup>(13)</sup>.

#### **4.2.2 Pistes d'action sociales**

Les pistes d'action décrites dans cette section interpellent des changements à l'échelle des rapports sociaux. Elles nous rappellent que si la volonté de favoriser la participation sociale des aînés peut se traduire par des politiques, des programmes et des interventions, elle ne peut faire l'économie d'une transformation durable des rapports entre les différents groupes sociaux et générations.

### **Changer les mentalités**

Plusieurs participants de la consultation ont situé le développement de la participation sociale des aînés dans la perspective des changements de mentalité de divers acteurs sociaux. Certains parlent d'un nécessaire repositionnement identitaire des aînés pour faire face aux questions de sens inhérentes à la retraite ou au vieillissement.

Il faudrait avoir un programme pour changer la mentalité des gens pour que quand ils arrivent à la retraite, ils soient prêts à accepter. Moi, ça m'a pris du temps. La première année, j'ai quasiment fait une dépression. Parce que je m'ennuyais. (...) Puis il y a le dicton qui dit : « Tu ne devrais pas remettre à demain ce que tu peux faire aujourd'hui ». Puis quand tu pars ta retraite, il faut que ça soit changé. Ne fais pas aujourd'hui ce que tu peux faire, parce que demain, tu n'auras rien à faire (rires). (...) Il faut savoir s'impliquer ailleurs pour remplir, pour meubler notre existence en essence(8).

Sur le plan social, il s'agit de lutter contre l'âgisme et de métamorphoser notre rapport collectif à la vieillesse.

Une nouvelle image de la vieillesse. La vieillesse ne veut pas dire que tu perds ta tête(10).

De ces changements peuvent dépendre des décisions en matière d'affectation des ressources : reconnaître le droit des aînés à la participation sociale, c'est également reconnaître la pertinence des efforts investis dans les milieux pour faciliter cette participation. Mais comment alimenter ces changements socioculturels? Certains suggèrent de mieux mettre en valeur les contributions des aînés, d'autres de lancer une campagne de sensibilisation ou des émissions de télévision (des téléromans notamment) qui valoriseraient des « modèles » diversifiés d'aînés. Également, les réflexions sur le vieillissement et les aînés peuvent devenir l'occasion de revisiter d'autres idées socialement dominantes, comme la productivité et la jeunesse.

### **Développer l'altérité**

Cette deuxième piste d'action socioculturelle est complémentaire à la première. Promouvoir l'altérité — la reconnaissance de l'autre dans sa différence — est sans doute l'une des conditions de changements de mentalité au regard de la participation sociale des aînés. Inversement, la transformation des représentations sociales sur les aînés pourrait avoir des suites positives pour les rapports sociaux les impliquant.

L'une des avenues proposées pour favoriser l'altérité est de créer des milieux qui « mélangent » les gens, comme un projet locatif réunissant des personnes âgées et des familles, ou encore un édifice abritant une résidence pour aînés et une garderie.

Je pense que dans un monde idéal, il faudrait retourner un petit peu au chaos. Il faudrait arrêter de trop chercher à structurer puis à ghettoïser les groupes de gens. Il faut mêler le monde(7).

Par ailleurs, la piste d'action la plus fréquemment citée en matière d'altérité concerne les relations intergénérationnelles. Par exemple, on mentionne l'importance de sensibiliser les enfants aux richesses d'une co-reconnaissance des plus jeunes et des plus vieux dans le contexte d'activités favorisant le plaisir d'être ensemble. Les idées de projets intergénérationnels abondent. Dans certains, les aînés pourraient jouer un rôle de grands-parents; dans d'autres, être des transmetteurs d'histoire(s), ou encore, des compagnons d'activités ludiques ou sportives.

J'aimerais que ces jeunes-là [du niveau collégial] communiquent avec des aînés pour apprendre ce qui est arrivé dans le passé. Parce que nous autres, on est pas mal ceux qui coûtent cher à la société dans leur tête(5).

#### 4.2.3 Pistes d'action individuelles

La troisième catégorie de pistes d'action visant à soutenir la participation sociale des aînés se rapporte aux dimensions personnelles de cette pratique, à ses « moteurs » individuels.

##### Rejoindre de façon personnalisée

Le thème de la participation sociale des aînés génère pour plusieurs un constat voulant qu'il soit difficile de contacter des aînés considérés plus isolés socialement. Afin d'établir des liens avec ces aînés, éloignés des réseaux de participation, plusieurs idées ont été avancées. Elles sont toutes basées sur une approche de proximité, c'est-à-dire sur des démarches visant à atteindre les aînés dans leur propre milieu de vie. On parle par exemple de passer par des organisations pivots, comme les clubs de l'Âge d'or, pour retracer des membres qui ont cessé de prendre part aux activités et s'assurer qu'ils vont bien.

Pour plusieurs, il est essentiel que les actions soient entreprises par des personnes que les aînés connaissent. Le contact direct établi par un chef de file local ou par le réseautage « bouche-à-oreille » sont deux des moyens privilégiés pour s'adresser aux personnes plus isolées. Également, certains ajoutent à ces pistes l'enrichissement des relations de voisinage, dans une perspective de vigilance informelle.

Il y a une campagne de publicité à faire. Lâchez l'individualisme, vous occuper juste de vous, de votre couple, votre famille. On parle d'environnement, de prendre soin de nos poubelles, alors il faudrait peut-être prendre soin de nos voisins aussi(10).

Une fois qu'un premier contact est établi, le fait de vivre une expérience sociale valorisante et significative pourrait contribuer au développement et au maintien de la participation.

Je pense que c'est de créer des opportunités pour les gens de vivre ça, puis d'aller les chercher dans des expériences positives, des échanges avec d'autres gens. Puis une fois que tu vas les accrocher avec les émotions, je trouve que ça les influence, les gens vont peut-être être portés à aller créer des expériences, d'autres opportunités, d'autres moments pour vivre le même genre d'émotions positives qu'ils ont vécues avec d'autres. C'est comme une façon de répandre ça(7).

##### Transmettre le désir d'engagement

Pour plusieurs participants bénévoles ou impliqués dans une association, c'est en « contaminant » les autres avec leur désir d'engagement qu'ils peuvent le mieux faire évoluer la participation sociale des aînés. Cette transmission n'est pas fondée sur le sens du devoir, mais bien sur le plaisir tiré d'un service rendu aux autres, doublé d'occasions de réalisation de soi.

L'altruisme, il faut qu'on vende l'idée. Moi je dis qu'on devrait donner de la formation aux aînés, leur montrer que ce qui leur a été enseigné pendant des années, ce n'est pas tout à fait vrai. C'est en donnant qu'on reçoit. [...] Il y en a plusieurs qui ont oublié que c'est cet esprit-là qui fait le bonheur. C'est en donnant qu'on reçoit(9).

Le fait que des personnes engagées témoignent à d'autres de leur implication sociale pourrait rassurer ceux qui éprouvent un sentiment d'insécurité. Rien de mieux, en fait, qu'une prise de contact conviviale et sans intermédiaire pour mobiliser autrui.

Dans ce temps-là, pourquoi tu ne dis pas : « Viens-tu, il y a de la place pour toi »<sup>(9)</sup>.

De plus, des participants de la consultation intègrent un aspect intergénérationnel à ce thème en rappelant que communiquer le désir de participer socialement ne s'arrête pas au groupe des aînés et qu'il est souhaitable de favoriser aussi la participation des autres groupes d'âge.

### **Soutenir la prise de pouvoir**

En plus de contacter et de mobiliser les gens dans une optique de participation sociale, il est également crucial que les situations participatives soient l'occasion de développer du pouvoir. L'une des façons d'y arriver est de reconnaître et d'écouter les savoirs des personnes auprès desquelles on souhaite intervenir. Comment permettre aux aînés qui participent socialement de développer du pouvoir? Une personne suggère de donner aux bénévoles des responsabilités qui conjuguent prise de décision et mise à profit des compétences personnelles.

Il y a des bénévoles responsables dans certains services, qui gèrent un petit peu certaines choses, ils ont plus de responsabilités que les autres bénévoles qui vont donner les services. Peut-être que dans des situations comme ça, c'est offrir à des bénévoles plus de marge de manœuvre, plus de responsabilités<sup>(2)</sup>.

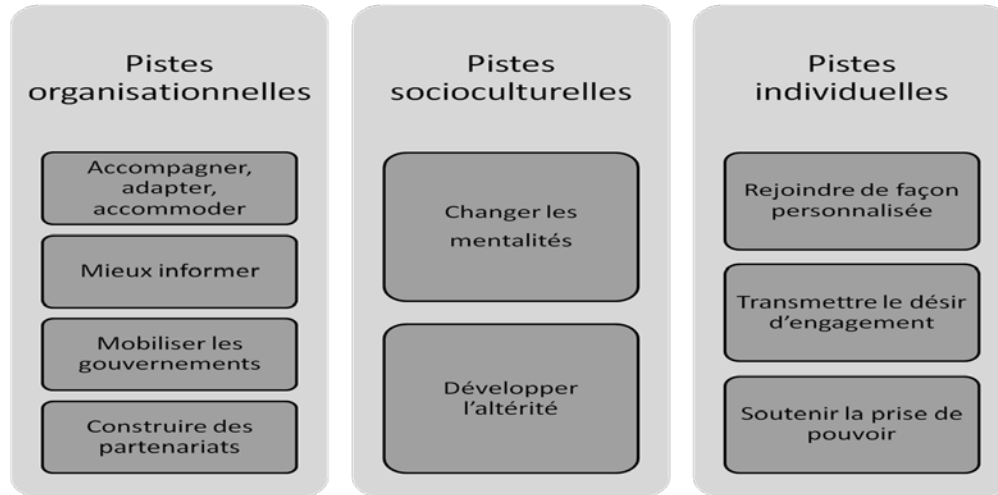
Un autre participant propose de former les personnes qui deviennent membres d'un comité décisionnel, par exemple du conseil d'administration d'un organisme sans but lucratif, afin qu'elles connaissent mieux leur rôle et les règles de fonctionnement de ce genre d'espace démocratique. Toutefois, le pari de l'« empowerment » dépend aussi de la volonté des individus de ne pas se considérer uniquement comme des clients ou des consommateurs dans les lieux de participation sociale, d'où l'importance réitérée de l'éveil ou du maintien de l'engagement social.

Peut-être que les gens vont devoir arrêter de s'attendre à recevoir des activités et qu'ils vont devoir participer et organiser et décider et dire : Ben là, est-ce je veux faire du bingo. Oui? Non? Oui. Allons-y. Organisons du bingo<sup>(5)</sup>.

Pour certaines personnes, les enjeux liés au vieillissement de la population génèrent par ailleurs le besoin d'actions collectives de la part des aînés, afin qu'ils prennent en charge la réponse à certains de leurs besoins.

## **4.3 DE LA RECHERCHE À L'ACTION**

Lorsqu'il est question de participation sociale des aînés, les démonstrations de sa valeur ne manquent pas; c'est même devenu une sorte de « lieu commun » en gérontologie. Toutefois, l'exploration du « comment » favoriser la participation sociale est certes moins prisé et développé. Les pistes d'action identifiées dans le contexte de notre étude (figure 4) représentent donc, à notre avis, un apport notable pour le domaine.



**Figure 4 Des idées pour favoriser et mieux soutenir la participation sociale des aînés**

Ce sujet de discussion a fourni beaucoup d'informations sur des milieux de participation existants, ainsi que de nombreuses propositions quant à la mise en forme de nouveaux projets ou stratégies. Si ce matériel est suggestif, il ne s'accompagne pas d'un guide d'emploi. Souvent, les idées soumises sont rapidement esquissées, peu détaillées. Par exemple, plusieurs participants ont évoqué la nécessité de « mieux informer » les aînés sur les milieux participatifs. Il aurait été intéressant d'en savoir plus sur ce qu'on pourrait espérer d'outils de communication plus appropriés. La méthodologie déployée pour aborder ce thème a sûrement contribué à le circonscrire : afin de trouver une solution aux problèmes des personnages fictifs dont nous lisons les histoires, les participants « lançaient » des idées sans que ces dernières soient examinées, approfondies.

Nous pensons néanmoins que ces résultats offrent deux repères pour l'action. Premièrement, la possibilité de considérer simultanément plusieurs interfaces d'intervention permettrait d'augmenter l'efficacité des actions menées. Par exemple, intervenir à l'échelle individuelle sans repenser certains aspects des organisations ou sans intégrer des dimensions d'ordre sociétal, risque de mener à des changements de brève durée et de courte portée. À l'inverse, approcher la participation sociale des aînés dans une perspective uniquement structurelle, essentiellement centrée sur des aspects organisationnels et culturels, pourrait faire oublier qu'il est crucial d'être sensible aux réalités et aux représentations individuelles.

Deuxièmement, plusieurs ou l'ensemble de ces pistes d'action peuvent « mettre la table », servir de « guide » au moment de concevoir des interventions ou d'améliorer des projets existants. Elles génèrent des questions fondamentales pour la planification dans une perspective de réduction des inégalités sociales en santé et dans les services sociaux<sup>16</sup>. De quelle façon, par exemple, s'assure-t-on d'encourager le partage du pouvoir entre les divers

<sup>16</sup> Ministère de la Santé et des Services sociaux (2008). *Programme national de santé publique 2003-2012 : mise à jour 2008*, Québec, Ministère de la Santé et des Services sociaux. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2008/08-216-01.pdf>.

participants d'une intervention? Comment se préoccupe-t-on de favoriser la « mixité » des gens au sein des milieux de participation? Comment garantissons-nous que ces milieux sont accessibles à tous, sur le plan architectural comme sur le plan socioéconomique et culturel?

Également, cette section a permis d'identifier plusieurs enjeux capitaux pour le soutien de la participation sociale des aînés, par exemple le rapport entre la participation individuelle, la participation collective et les pouvoirs publics. Est-il de la responsabilité de l'État d'encourager et d'appuyer la participation sociale des aînés? Est-il de la responsabilité de ces derniers de faire leur « devoir de citoyen » en contribuant à la collectivité via leur participation sociale? Si ce genre de thème n'a qu'été effleuré, ces données (et d'autres issues des sections précédentes) ont le potentiel de guider une discussion incontournable sur la participation sociale des aînés : quels sont les objectifs, le projet de société qui animent nos actions? Le désir de favoriser la participation sociale des aînés va au-delà de l'élaboration de pratiques mieux adaptées et plus inclusives; il intègre un questionnement fondamental sur la place et le rôle sociaux de la participation.

## 5 QUELS SONT LES EFFETS DE LA PARTICIPATION SOCIALE?

### 5.1 MÉTHODOLOGIE

La reconnaissance des « effets » de la participation sociale sur différents aspects de la santé, du bien-être ou des conditions de vie des aînés ne faisait pas partie des objectifs originaux de la recherche. Néanmoins, le corpus de données contenait des réflexions et des expériences variées, nombreuses et de qualité se rapportant au rôle positif joué par la participation sociale dans la vie des aînés, de leur entourage et de leur communauté. Nous avons donc choisi d'ajouter cette dimension à nos démarches d'analyse.

Comme ce thème ne figurait pas au devis de recherche, il n'a pas fait l'objet de questions ou d'activités particulières lors des groupes de discussion. Afin d'identifier les « effets » de la participation sociale, nous avons parcouru l'ensemble des données en recherchant les énoncés faisant état de ce que la participation sociale peut « apporter » aux aînés. Au cours de l'analyse de contenu, nous avons élaboré six catégories représentant les aspects-clés du matériel : sentiment d'appartenance et attachement; apprentissage et stimulation; réalisation de soi; santé et bien-être; réciprocité; développement communautaire et changement social.

### 5.2 RÉSULTATS ET INTERPRÉTATION

Les « effets » de la participation sociale répertoriés s'expriment autrement que comme une corrélation entre participation et état de santé physique et psychologique. Ils sont rendus visibles par des récits d'expériences qui intègrent les sphères individuelles, familiales, sociales. En suggérant un acte personnel qui lie aux autres et au milieu, la participation sociale ne peut manquer d'avoir des retombées plurielles.

#### 5.2.1 Sentiment d'appartenance et attachement

Cette première catégorie d'effets nous informe sur le potentiel d'affiliation de la participation sociale, c'est-à-dire sur le fait que les milieux de participation sociale peuvent donner l'occasion de devenir membre d'un groupe d'appartenance. La majorité des interventions situent la participation sociale dans le contexte d'un groupe organisé. Dans les mots d'un aîné ayant animé des ateliers biographiques auprès de pairs, l'union et la communication entre les membres d'un groupe réunis autour d'un projet commun génèrent des changements d'attitudes et de comportements favorisant le bien-être des personnes.

J'ai eu l'occasion d'aller dans une résidence pour des gens âgés. [...] Je leur ai donné un cours, une quarantaine de personnes. Il y avait beaucoup de gens là-dedans qui se parlaient moins, puis ils étaient plus gênés. J'ai fait une expérience assez extraordinaire dans un espace de sept, huit mois. [...] Ça a eu de bons résultats parce que les gens ont communiqué ensemble, ça a fait un groupe uni. J'ai pu voir concrètement ce que ça fait. Des gens qui arrivent plus abattus, puis après sept, huit mois, pleins de projets(9).



En ce sens, l'essor d'un sentiment d'appartenance pourrait être considéré comme un facteur intermédiaire entre la participation sociale et la santé des aînés. La participation sociale à un groupe est perçue comme un tremplin pour élargir son réseau et améliorer ses compétences sociales. Ce réseautage, basé sur l'adhésion à une activité ou à une mission commune, pourrait contribuer à éviter à ses participants les maux d'un isolement social non désiré.

Il y a la fraternité, il y a beaucoup de fraternisation. Je trouve ça tellement important. De sortir, parce que plus on veut rester dans notre maison, plus il y a de risques pour la dépression. On se renferme sur nous-mêmes, il n'y a pas d'ouverture sur les autres(3).

Également, il est possible de trouver dans ce genre de groupes des sources de soutien ou de réconfort lorsque l'on traverse des moments difficiles sur le plan personnel.

J'ai trouvé le bonheur avec le [groupe X]. J'ai trouvé un pont de salut qui peut m'aider moi, parce que toute seule, je n'étais pas capable(11).

L'attachement entre individus n'est toutefois pas quelque chose qui se crée instantanément. Le sentiment d'appartenance prend racine dans une zone d'échange et de confiance, croissant ensuite si les conditions sont opportunes. Parmi celles-ci, il y a la confidentialité concernant ce qui se passe dans le groupe et ce qui lui appartient, ainsi que le fait de partager des valeurs communes guidant les choix ou les actions du groupe.

### 5.2.2 Apprentissage et stimulation

Cette deuxième catégorie d'effets s'attarde à la participation sociale en tant que source ou prétexte d'apprentissage ou de stimulation. Pour certaines personnes, le seul fait que la participation sociale convie à sortir de la maison est déjà un motif d'activation. Pour plusieurs autres, c'est le fait de côtoyer des pairs qui est éminemment instructif. La rencontre d'autrui, qui constitue sans doute l'un des fondements de la participation sociale, décroïssonne l'espace individuel pour enrichir l'expérience humaine.

Les autres m'apportaient tellement, me nourrissaient, puis souvent répondaient à des besoins cachés même. Ils m'ont appris à me connaître, ils m'ont appris peut-être à être une meilleure personne, puis à oser agir, puis à aller identifier des besoins(9).

Les situations rapportées ne sont généralement pas liées à un plan de formation ou encore à un objectif d'apprentissage formellement élaboré. Elles émergent spontanément des interactions sociales tissées par la participation sociale. Dans les mots des participants, toutes les rencontres nous apprennent quelque chose, au-delà des préjugés ou des catégorisations qui amènent trop souvent à hiérarchiser les contributions des uns et des autres.

Je pense que tu ne peux pas faire du bénévolat puis rien en retirer. T'apprends toujours des autres, même s'ils sont handicapés ou peu importe(3).

Si la participation sociale est enrichissante sur le plan de l'altérité, elle peut aussi donner l'occasion d'élargir l'éventail de ses compétences, en apprenant à se sentir plus à l'aise de prendre la parole en public, à affiner son analyse sociopolitique, ainsi qu'à expérimenter de nouvelles façons de faire en tant que bénévole. En plus d'être multiples, les apprentissages engendrés par des milieux stimulants de participation sociale peuvent se renouveler, instaurant pour les individus une sorte de formation continue. Par ailleurs, il ne faut pas sous-estimer qu'être en situation d'apprentissage, donc confronté à l'inconnu, peut entraîner une certaine anxiété.

### 5.2.3 Réalisation de soi

Un autre effet de la participation sociale concerne les possibilités d'épanouissement personnel dont elle peut être porteuse. Il pourrait être facile de confondre cette catégorie et la précédente, puisque toutes deux concernent la valorisation de connaissances et de savoir-faire possédés par les aînés. Afin de délimiter l'espace occupé par l'une et l'autre, nous avons convenu de classer dans « apprentissage et stimulation » les extraits touchants l'essor de nouvelles habiletés et dans « réalisation de soi » la mise à profit d'habiletés préexistantes à l'activité de participation sociale nommée.

Participer socialement peut représenter pour des aînés l'occasion d'utiliser les savoirs et les capacités acquis au cours de leur parcours de vie. En même temps, la retraite réinvente ces habiletés, leur donne un nouveau souffle.

Par rapport à mes capacités, mes habiletés personnelles, c'est la suite de ma carrière. Mais je ne me pense plus travailleuse sociale, organisatrice communautaire(12).

Pour quelques personnes, ce développement personnel est étroitement lié à la notion de devoir.

Des fois, on se dépasse dans différents événements, surtout dans le bénévolat, et on y trouve son propre compte. Moi, le bonheur du devoir accompli(9).

Certains participants ont aussi parlé du potentiel déséquilibre entre la réalisation individuelle et l'atteinte des objectifs d'un groupe de personnes travaillant à une cause commune.

Souvent, quand je sors des rencontres avec les autres, je « tripe ». Je rencontre du monde qui fait des choses valables, des choses que j'aime. [...] J'essaie de participer, puis de mettre mon grain de sel pour adhérer à la mission. [...] On a une petite opération. Je trouve que ça n'avance pas trop vite. On est supposé faire quelque chose, puis ça ne s'actualise pas. Alors, ce n'est pas grave. Ça va s'actualiser. Je vais être probablement content du résultat(12).

Enfin, l'importance de « laisser de la place » aux personnes fréquentant les milieux organisés de participation sociale a été soulignée, afin qu'elles puissent, si elles le désirent, concrétiser des initiatives personnelles et prendre part aux structures décisionnelles.

#### 5.2.4 Santé et bien-être

Cette catégorie d'« effets » de la participation sociale rejoint une idée très prégnante socialement, c'est-à-dire que la participation constitue une des clés pour répondre aux défis du vieillissement de la population en raison de ses conséquences avantageuses pour la santé des aînés.

Plus ces gens sont impliqués socialement, plus tu vas régler [leurs problèmes](4).

Certaines activités de participation sociale visent notamment à maintenir ou améliorer la santé des aînés, comme dans le cas de « cours de mémoire » ou de repas communautaires. D'autres fois, les bénéfiques pour la santé sont les effets secondaires d'une activité entreprise pour d'autres raisons, comme le chant ou le bénévolat. D'ailleurs, les aînés bénévoles ont été particulièrement enclins à souligner que leur implication sociale est « bonne pour la santé »; ses bienfaits s'incarnent dans une vitalité qui n'a pas d'âge et qui donne du sens à leur existence.

Souvent, regardez l'équilibre là-dedans. La santé, une forme de jeunesse qui nous habite encore(9).

Le fait que la participation sociale puisse avoir des conséquences positives sur la santé laisse place à divers souhaits chez des intervenants et des cliniciens ayant pris part aux groupes de discussion. Certains, par exemple, lient une augmentation de la participation sociale des aînés à une diminution de leurs besoins en matière de services de santé et de services sociaux.

J'ai pris la photo qui cautionne le jardinage(3). Peut-être à cause de ma profession, je le vois au niveau d'activité. C'est une activité physique qui va permettre, probablement, le vieillissement beaucoup moins prématuré. En bougeant, il réclame moins de services médicaux, et cetera, parce qu'il va être actif(7).

#### 5.2.5 Réciprocité

Cette catégorie rend compte de la dimension transactionnelle de la participation sociale. Plusieurs participants la conceptualisent en tant qu'espace d'échange où, très souvent, ils ont l'impression de recevoir davantage que ce qu'ils donnent. L'interactivité à laquelle invite la participation sociale a un aspect universel : tous et toutes peuvent nous offrir ou nous enseigner quelque chose, peu importe leurs conditions de vie ou de santé.

Lorsqu'on se connecte, qu'on embarque dans quelque chose, je dis qu'on va chercher davantage que ce qu'on apporte. C'est ce que l'expérience nous prouve. Mais nous prouve à long terme. C'est une drogue(9).

Mais qu'apportent au juste l'engagement, le don de soi à d'autres? Cette forme de participation sociale permet à plusieurs personnes de se sentir utiles. Aider autrui est gratifiant, surtout quand on emploie pour cela des connaissances ou des compétences personnelles. Si on reçoit plus que l'on donne en situation de participation sociale, il est important d'en faire prendre conscience aux gens auprès desquels on s'implique, et ce, afin de construire une reconnaissance mutuelle. Également, la perspective transactionnelle ne

s'actualise pas toujours dans un même espace-temps; on peut donner à un moment et recevoir à un autre, ce qui ne modifie pas fondamentalement la notion de réciprocité.

J'ai toujours quelque chose à donner, on reçoit tout le temps. Quand on fait du bien à quelqu'un, c'est rendu. Peut-être pas tout de suite, mais au bout d'une semaine, au bout de quinze jours, un mois, on reçoit(1).

### 5.2.6 Développement communautaire et changement social

Après avoir abordé différents bénéfices individuels découlant de la participation sociale, cette dernière catégorie nous amène sur le terrain de ses « effets » collectifs. La mise en commun des forces engendrées par certaines formes de participation sociale est présentée comme un vecteur de changement social.

C'est une forme de par et pour. Ce qui est intéressant, c'est que les aînés qui ont « parti » les dîners rencontre ont identifié un problème d'isolement chez les aînés de leur quartier. Et au lieu d'attendre qu'il se passe quelque chose, ils ont initié le projet. Ils ont dit : « On va trouver nous-mêmes une façon de rompre cet isolement »(10).

Certains organismes d'action communautaire autonome proposent à leurs membres une structure décisionnelle démocratique. Des participants aux groupes de discussion ont été très loquaces quant aux apports de ce mode de gestion, notamment le fait de permettre à des personnes de passer du statut de personnes vulnérables, limitées, au statut d'actrices responsables de la gouverne de leur organisation. D'autres personnes ont noté que la prise de pouvoir et son exercice légitime et efficace sont des pratiques qui s'apprennent.

Parce que si on entre dans le [groupe X], on sait comment ça marche. [...] Aussi longtemps qu'on va passer pour des handicapés... Quand on est dans le [groupe X], on forme un groupe, tout le monde connaît ses droits(11).

Un aspect des effets de la participation sociale a trait à son caractère interculturel, puisqu'elle met souvent en relation des gens d'origines socioéconomiques ou ethniques différentes, de profils de santé ou groupes d'âge diversifiés. La participation sociale aurait la capacité de rassembler autour d'un objectif commun des personnes que d'autres circonstances auraient éloignées.

Je trouve que dans le bénévolat, il n'y a pas de barrière. Tu peux avoir le directeur de compagnie, un PDG, un qui a travaillé à balayer, un homme d'entretien ou une femme d'entretien. Je trouve que ça abolit beaucoup de barrières. [...] Je pense qu'à ce niveau, on n'est ni supérieur, ni inférieur. On va selon ses compétences, ses goûts et comme madame disait, ses aspirations, ce dans quoi on est bien(9).

Le défi de relations interculturelles demeure toutefois de taille dans les milieux de participation sociale, comme nous l'avons vu précédemment.

### 5.3 DE LA RECHERCHE À L'ACTION

L'abondance des références aux « effets » de la participation sociale —, et ce, en dépit de l'absence de question spécifique traitant de ce sujet lors des groupes de discussion — montre que la participation est généreuse au chapitre des possibilités et des bénéfices pour le mieux-être des aînés.

La nature de la méthodologie utilisée empêche bien sûr d'envisager un rapport de causalité entre la participation et ses effets, alors que la manière d'évaluer ce type de relation fait l'objet d'un intérêt soutenu dans la littérature scientifique. Plusieurs types de devis, d'instruments et d'échelles existent pour mesurer le niveau de participation et le mettre en corrélation avec les informations disponibles sur l'état de santé des aînés. Toutefois, nos données révèlent que ce genre d'association peut aussi être inféré du récit d'une expérience, d'une anecdote, d'une histoire. Cela suggère qu'une approche qualitative peut s'avérer judicieuse pour comprendre « en contexte » ce que les différentes pratiques de participation sociale apportent à ceux et celles qui les choisissent et les vivent.

L'utilité première de ce type de matériel est de mener à comprendre que la participation sociale s'incarne non seulement dans des pratiques, des activités, des gestes, mais aussi dans un enchevêtrement complexe de préférences, de choix et de contraintes, dans ce que d'aucuns appellent les « projets de vie ». La participation sociale apporte telle chose à telle personne parce qu'elle s'enracine dans un contexte de vie spécifique, se déploie de façon unique et se module en fonction de circonstances individuelles et collectives. Cela amène à demander : opte-t-on pour une forme ou l'autre de participation parce qu'elle rejoint des valeurs ou des objectifs spécifiques? Comment s'organise dans le temps l'analyse de ce que nous apporte le fait de participer socialement? Est-ce que cette appréciation contribue à fortifier, remettre en question ou modifier la participation?

Pris sous l'angle de l'intervention, ces résultats amènent à prendre conscience que convier des gens à des activités de participation qui ne leur apportent pas de « sens » ou de « fruits », risque de se révéler vain à moyen ou long terme. Il vaut mieux que les interventions considèrent offrir des espaces de réflexion et de décision pour les futurs participants, ainsi que des moyens pour s'adapter aux visées des uns et des autres.

Par rapport aux contributions des aînés et aux « bénéfices » collectifs de leur participation, le sujet rappelle le paradoxe intrinsèque aux discours entourant la participation sociale des aînés : comment faire pour soutenir la participation de ceux qui le souhaitent, sans pour autant transformer ces mesures en pression, en injonction participative pour les autres?

## 6 PORTÉE ET LIMITES DE L'ÉTUDE : TROIS CONSTATS TRANSVERSAUX

Ce sixième chapitre propose de jeter un regard circulaire sur les résultats d'une étude exploratoire menée sur la participation sociale des aînés auprès de plus de 100 participants réunis en treize groupes de discussion. Chacun des quatre chapitres consacrés aux résultats s'est conclu par une discussion ancrée dans le sous-thème qu'il abordait : les définitions de la participation sociale; les facteurs influençant la participation sociale des aînés; les pistes d'action pour l'encourager; et des effets de la participation sociale sur la santé et le bien-être des aînés. Nous croyons que cette façon de faire aide à la compréhension et à l'utilisation spécifique de chacune des dimensions de la participation sociale. Si les résultats forment un tout cohérent, ils peuvent aussi être employés à partir d'un regard « sectoriel »; dans un type de projet, on mettra plus à profit les facteurs d'influence de la participation, alors que dans un autre, on se concentrera sur la modélisation des manières de la définir.

Simultanément, les résultats interpellent des constats globaux, qui transcendent les segments en fonction desquels ils ont été organisés. Ces remarques permettent de jauger la portée et les limites de l'étude. Nous en approfondirons trois ici.

D'abord, nos travaux confirment que la participation sociale est un objet d'étude et d'intervention complexe. Bien sûr, nous pouvons apprivoiser cette complexité en abordant une à une les différentes facettes de la participation, comme nous l'avons fait dans le présent rapport. Des leviers de réflexion et d'action émergent, deviennent apparents, invitants. En même temps, on ne peut considérer la participation sociale comme le résultat automatique de la mise en place de certaines conditions facilitatrices. Ce que nous voulons dire par là, c'est que faire le pari de favoriser la participation sociale des aînés va au-delà de créer telle structure de participation ou d'assurer l'accessibilité de tel lieu de réunion, bien que ces mesures puissent être nécessaires. Il faut être conscient qu'en évoquant et en souhaitant la participation sociale, nous évoquons et souhaitons également une transformation des rapports sociaux. Joindre le geste à la parole, le contenu au contenant, voilà de quoi il s'agit. Par ailleurs, si cette dernière affirmation est sémantiquement simple, nous n'avons pas étudié les implications philosophiques, politiques et sociales de la mise en œuvre d'une telle approche.

Notre deuxième constat transversal s'inscrit en continuité avec le premier : peut-on vraiment penser la participation sociale des aînés en vase clos, en ne considérant pas de concert la participation sociale des autres membres de la société? On peut évidemment utiliser un critère d'âge pour délimiter une catégorie sociologique, mais est-ce là une manière acceptable et profitable d'aborder la question de la participation sociale? L'exemple des relations intergénérationnelles pourrait servir de cas de figure pour illustrer notre questionnement. Nous avons noté que pour beaucoup de participants, le thème de « l'intergénérationnel » est une dimension capitale de la participation sociale des aînés, qui se traduit par des choix, des pratiques et des désirs personnels de transmission des savoirs, par des comparaisons historiques et géographiques entre des sociétés qui respectent leurs aînés et d'autres qui les déconsidèrent, par des récits d'expériences intergénérationnelles, etc.

Néanmoins, ce constat est atténué par l'absence de « miroir » sociologique : ceux qu'on considère comme jeunes ont-ils eux aussi quelque chose à dire sur « l'intergénérationnel »? En ce sens, on pourrait voir la recherche comme un tremplin vers une expansion des groupes d'âge questionnés. Il pourrait être fort instructif de faire des groupes de discussion avec des hommes et des femmes d'âges différents en utilisant une méthodologie similaire à celle proposée ici.

Cet appel conduit à notre troisième et dernier constat global, qui concerne la portée et les limites de la méthodologie que nous avons mise en œuvre. Nous nous concentrerons ici sur deux aspects de l'approche méthodologique, c'est-à-dire le recrutement des participants et la manière dont les groupes de discussion ont été animés. En premier lieu, nous avons utilisé un échantillon typique ou de convenance pour former les groupes de discussion. Dans ce genre de technique d'échantillonnage, les unités sont choisies en fonction des caractéristiques qu'elles présentent; il s'agit de sélectionner des participants qui correspondent à divers types idéaux par rapport aux objectifs de la recherche<sup>17</sup>. Une critique qui peut être faite de cette technique d'échantillonnage est que nous avons rejoint des aînés faisant partie de groupes ou de réseaux assez bien organisés (organisme d'action communautaire autonome, centre de jour, association, etc.), donc potentiellement en situation de participation sociale active. Aurait-il été opportun d'essayer de contacter aussi des personnes plus « isolées », en situation de « non-participation »? Cette option mènerait à se demander : que veut dire « être socialement isolé »? Qu'est-ce que la non-participation? À la lumière de nos résultats, nous postulons que la réponse à de telles questions n'est pas aisée, puisque selon notre définition en six points, la participation sociale se situe aussi en aval de l'implication dans un groupe organisé. Elle peut se vivre en rencontrant des gens et en développant avec eux des relations significatives, gens qui peuvent être des membres de la famille, le personnel des services de soutien à domicile, des amis ou des voisins. La représentation ou la construction de l'isolement social pose aussi la question suivante : à partir de quel seuil ou de quel point de comparaison détermine-t-on qu'une personne est isolée socialement? Voilà, en somme, des enjeux méthodologiques fondamentaux.

Par ailleurs, nous avons cherché de façon très soutenue à maximiser la diversité des groupes de participants. Nous avons contacté des aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle, fréquentant un centre de jour, vivant en milieu rural, en situation de pauvreté, etc. Pour avoir consulté plusieurs dizaines de publications scientifiques portant sur la participation sociale des aînés dans le cadre de la revue de la littérature ayant précédé les groupes de discussion, nous savons que, bien souvent, ces groupes sont exclus des devis de recherche. Il n'est pas fréquent, non plus, de trouver des recherches s'intéressant aux représentations des personnes travaillant avec ou pour des aînés. En somme, nous croyons que notre approche reconnaît et promeut la diversité à l'intérieur du thème abordé. En même temps, une telle perspective est toujours incomplète, puisque fondée sur les priorités et les ressources financières d'une étude. Dans notre cas, il serait maintenant intéressant d'élargir notre travail de terrain aux aînés issus de l'immigration, aux aînés actifs sur le marché du

---

<sup>17</sup> Mayer, R., et Ouellet, F. (1991). *Méthodologie de recherche pour les intervenants sociaux*. Boucherville, QC : Gaëtan Morin Éditeur.

travail, aux membres de la communauté anglophone, ou encore aux proches aidants aînés/d'aînés.

En ce qui a trait aux critères d'inclusion dans les groupes, l'âge des participants aînés s'est révélé être un questionnement persistant pour les participants eux-mêmes. À partir de quel âge devaient-ils/pouvaient-ils se dire aînés, ou nommer ainsi les gens auprès de qui ils travaillaient? Nous avons expliqué dans le chapitre portant sur la méthodologie de recherche que nous n'avons pas fixé de critères d'âge pour les groupes formés d'aînés. Nos objectifs étant d'ordre exploratoire, une telle décision paraît justifiée, surtout qu'elle génère maintenant des questionnements intéressants, par exemple au sujet des points d'accord ou de dissonance entre les frontières d'âge établies par les politiques sociales et celles qu'élaborent les acteurs sociaux.

En deuxième lieu, il est nécessaire de regarder de plus près le rôle qu'a joué le type d'animation privilégié par rapport à la nature des résultats obtenus. D'un côté, nous pouvons affirmer que les outils d'animation développés (photographies, mots-clés et mises en situation) ont représenté un atout majeur pour la réalisation de la recherche, notamment en contribuant à la convivialité des rencontres et à la comparabilité de données provenant de groupes très variés. Par exemple, l'utilisation de photographies pour expliciter des définitions de la participation sociale s'est révélée être un instrument puissant pour passer du terrain conceptuel au terrain expérientiel.

D'un autre côté, nous pouvons nous demander si ces mêmes photographies, au même titre que les deux autres outils employés, n'ont pas délimité « l'univers des possibles » par rapport aux visions et aux expériences de la participation. Par exemple, si nous avons utilisé d'autres photographies, serions-nous arrivés aux mêmes résultats? Plus concrètement, a-t-on ignoré le travail salarié comme forme de participation sociale des aînés parce qu'aucune photo ne l'illustrait de façon non équivoque? S'il est attrayant, ce questionnement n'invalide pas la consistance de nos résultats, présentés en lien avec la méthode ayant permis de les recueillir. De plus, nous croyons que le risque « d'orienter » la collecte des données était compensé à la fois par le fait d'avoir basé la création de nos outils sur la revue de la littérature, et par la puissance de ces outils comme soutien à la prise de parole individuelle.





## 7 LE RETOUR AUX GROUPES

Comment nous l'avons expliqué au point 1.4, trois stratégies ont été utilisées pour valider nos résultats, notamment la technique de vérification par les membres (« member checks »). Au moment de la cueillette de données, nous avons proposé aux membres de chacun des groupes d'organiser, au terme de la phase d'analyse, une activité pour leur présenter nos résultats préliminaires et recueillir leurs commentaires, questions et critiques. Par ailleurs, ces activités représentaient pour nous davantage qu'une instance de validation. Il s'agissait d'une manière de transférer nos résultats aux participants de la démarche afin qu'ils puissent les utiliser, soit comme source de réflexion et d'enrichissement personnel, soit comme outil dans le cadre de projets ou d'interventions concernant la participation sociale des aînés. En ce sens, le retour aux groupes a permis de remercier les participants du temps qu'ils nous ont accordé tout en instaurant une certaine bilatéralité au cœur du processus d'étude.

Au total, nous avons réalisé six rencontres spécifiquement destinées à rejoindre l'un ou l'autre des groupes de discussion :

- les aînés vivant dans Charlevoix;
- les intervenants des organismes et établissements de Charlevoix;
- les aînés membres d'un même organisme de solidarité;
- les aînés handicapés par une incapacité intellectuelle;
- les aînés membres d'un mouvement de personnes retraitées visant à lutter contre la pauvreté;
- les aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle.

Nous avons aussi organisé une rencontre plus large visant à réunir les membres de différents groupes réalisés dans la région métropolitaine de Québec :

- les aînés bénévoles dans différents milieux;
- les intervenants, les cliniciens et les directeurs de services de soutien à domicile.

Pour ce qui est des groupes réalisés dans Portneuf, nous avons intégré notre activité de retour aux groupes à un colloque public organisé dans cette municipalité régionale de comté et abordant différentes dimensions régionales du vieillissement et des conditions de vie des aînés. Ce colloque réunissait plusieurs personnes actives dans les organismes communautaires du territoire qui avaient pris part à un groupe de discussion.

Ces activités de validation et de transfert des connaissances se déroulaient en deux temps :

- une présentation des résultats par la chercheuse principale;
- un échange sur les réactions des gens par rapport aux résultats, animé à partir de questions comme : Vous reconnaissez-vous dans les résultats? Vous semblent-ils pertinents, justes, utiles? Vaudrait-il la peine de nuancer ou de corriger certaines choses? Des éléments importants ont-ils été laissés de côté?

La partie « échange » a été enregistrée dans la plupart de ces activités. Nous pouvons souligner que cet exercice s'est révélé extrêmement enrichissant et qu'il a généralement confirmé nos résultats tout en générant plusieurs nouvelles pistes de connaissances. Voici quelques morceaux choisis, tirés du verbatim des rencontres :

- Dans Charlevoix, des aînés ont aimé que notre modèle des définitions de la participation sociale (figure 2) permette « de changer de lunette » et d'utiliser une « diversité d'images » pour parler des aînés.
- Lors de l'activité avec des aînés handicapés par une incapacité motrice ou sensorielle, le facteur d'influence « problèmes d'accès » (figure 3) a été à la fois validé et étoffé, notamment par rapport au système de transport adapté : si les gens reconnaissent la qualité générale du service, ils affirment que des améliorations pourraient lui être apportées, par exemple au plan de l'accès pour les gens ayant une incapacité temporaire.
- Des intervenants ont affirmé que pour concrétiser des pistes d'action invitant à rejoindre les aînés dans leur milieu de vie et à ajuster individuellement les interventions (figure 4), les personnes dispensant des services à domicile pourraient représenter une ressource-clé.

Également, de nombreuses personnes ont mentionné qu'elles étaient heureuses de pouvoir profiter de ce retour des résultats, ainsi que d'avoir la possibilité de les commenter, de les analyser en groupe et de réfléchir à leur potentielle utilité.

## 8 CONCLUSION

Les résultats présentés dans ce rapport de recherche sont d'abord dirigés vers les personnes et les groupes désireux de favoriser la participation sociale des aînés. Sans offrir un guide pratique nous espérons que ces résultats pourront baliser des réflexions et des actions ancrées dans une vision à la fois critique, pragmatique et solidaire de la participation sociale des aînés.

Notre équipe de recherche est maintenant affairée à transférer ces résultats et à voir de quelle façon ils peuvent être utilisés dans le cadre d'interventions. Pour ce faire, des collaborations se tissent avec différentes organisations souhaitant développer leurs pratiques en la matière : organismes d'action communautaire autonome, associations de retraités, regroupements régionaux, instances de santé publique, centres de recherche. L'idée de cette future phase de recherche n'est pas seulement de passer de la recherche au terrain; elle est surtout de mener recherche et action de façon simultanée, complémentaire, indissociable, l'action permettant d'expérimenter des pistes tracées par la recherche tout en générant de nouvelles connaissances sur le sujet de la participation sociale des aînés. Bien sûr, il est essentiel que les aînés eux-mêmes soient au centre de ce processus, comme principaux acteurs des interventions et des évaluations conçues, une « approche participative de la participation » qui reste à construire.

Grâce à ces démarches, nous serons en mesure de : tester si notre modélisation des définitions de la participation sociale se révèle à la fois juste et pratique; enrichir et parfaire notre éventail des facteurs influençant la participation sociale des aînés; nous rapprocher de la notion de « bonnes pratiques » dans ce domaine; ainsi que documenter de manière plus systématique les effets des interventions menées sur la participation. Si ces préoccupations scientifiques et empiriques sont fondamentales et justifiées, ce sont cependant les conditions de vie, les besoins et les choix des aînés qui doivent primer lorsque vient le moment de décider de la façon d'appuyer leur participation sociale. Nous pensons que la méthodologie que nous avons construite dans le cadre de la présente recherche, alliant discussion de groupe et diversité des informateurs, s'est révélée un moyen efficace, relativement peu coûteux et mobilisant de s'en approcher.



Québec 

- Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale
- Institut national de santé publique

 **IVPSA**  
Institut sur le vieillissement  
et la participation sociale des aînés  
de l'Université Laval

 Centre d'excellence  
sur le *vieillessement*  
de Québec  
CEVQ