

GRATUIT

gérophare



OBSERVATOIRE
VIEILLESSE ET SOCIÉTÉ
OBSERVATORY ON AGING & SOCIETY

Infolettre de l'Observatoire Vieillesse et Société | Mars 2023, Vol. XIX, N° 1



SOMMAIRE

Aide médicale à mourir : 2
du nouveau

Nous sommes un ... 3
OBSERVATOIRE

Agir contre l'âgisme ... 5

Faire bonne impression ! 6

Sondage du *Gérophare* 7

Rencontres Espace réflexion 8
du printemps

COMMENTAIRES ? SUGGESTIONS ?

Nous sommes à l'écoute des besoins d'information de nos lecteurs. *Faites-nous part de vos questions ou des sujets qui vous intéressent.* Notre équipe pourra les considérer lors d'un prochain numéro : info@ovs-oas.org

Are you an English reader?
Let us know at : info@ovs-oas.org

MOT DU RÉDACTEUR EN CHEF

Le printemps est à nos portes après un hiver atypique : beaucoup de neige et peu de grands froids. Contre vents et marées, l'OVS a poursuivi ses activités. Les ateliers de sensibilisation à l'âgisme ont été offerts dans différents milieux et nous avons maintenu la cadence quant à nos rencontres en comité pour organiser et planifier nos actions.



Le présent numéro du *Gérophare* nous permet d'apporter quelques précisions sur ce qu'est la gérontologie et de jeter un coup d'œil sur la notion d'« observatoire », car nous sommes, bien sûr, et avant tout un observatoire. Mais à quoi cela rime-t-il exactement? Voyez ces précisions dans nos pages.

Puis, que préférez-vous : version numérique ou imprimée de notre infolettre ? Autre interrogation qui se clôt par un sondage; nous voulons savoir si vous préféreriez lire votre *Gérophare* dans un format traditionnel. Merci d'y répondre.

Vous apprendrez également que l'OVS a présenté un mémoire à la Ville de Montréal sur les traversées de rue, un enjeu important pour les personnes vieillissantes. Les pertes de mémoire font aussi l'objet de nos préoccupations : quand faut-il s'inquiéter de ces troubles qui surviennent de plus en plus souvent quand on vieillit?

Nous souhaitons à notre lectorat un heureux printemps, comme dit la chanson, et n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Bonne lecture !

André Ledoux
Président du C.A. de l'OVS
Auteur et conférencier

UNE NOUVELLE MOUTURE DE L'AIDE MÉDICALE À MOURIR (AMM)

André Ledoux, vigie qualité de vie

L'OVS est heureux d'apprendre que la ministre déléguée à la Santé et aux aînés, Sonia Bélanger, a déposé le 16 février à l'Assemblée nationale le projet de loi 11 visant à modifier la *Loi concernant les soins de fin de vie*.

Par ce projet de loi, les personnes atteintes d'une maladie neurocognitive liée à l'inaptitude comme la maladie d'Alzheimer pourraient se prévaloir de demandes anticipées pour choisir l'AMM à un moment déterminé.

D'autres mesures importantes accompagnent ce projet de loi. Ainsi, les personnes souffrant d'un handicap neuromoteur grave et incurable pourront faire appel à l'AMM; les maisons de soins palliatifs



ne pourront plus bannir l'AMM de leurs soins coutumiers; les infirmières praticiennes spécialisées pourront pratiquer l'AMM comme cela se fait au Canada.

SAVIEZ-VOUS QUE...?

La gériologie est avant tout interdisciplinaire dans la mesure où elle fait appel à multiples disciplines : psychologie, démographie, philosophie, biologie, sociologie, etc. Le gériologue par une forme d'analogie est ce « chef d'orchestre » qui, en quelque sorte, s'inspire et collige diverses données et expériences propres aux experts.

La gériologie prend un nouveau virage avec le concept de gériologie sociale, comme en fait montre le nouveau programme offert à l'UQAM. Il s'agit d'un cursus qui « permet aux étudiants de développer les aptitudes et habiletés nécessaires à la prise en charge individuelle et/ou collective du vieillissement, de la préretraite, de la retraite et de la perte d'autonomie ».

Cette discipline vise à améliorer constamment les pratiques d'intervention sociale auprès des travailleurs avançant en âge, les préretraités et les retraités (à domicile ou en collectifs d'hébergement et/ou de soins), dans une double optique de prévention et/ou d'adaptation aux effets négatifs et accélérés du vieillissement.



N.D.L.R.

Mme Rosalie Lacasse est l'auteurice de l'article intitulé « Les droits des personnes âgées en situation de pandémie ». Cet article est paru, en mai 2022, à la page 3 de l'infolettre, le *Gérophare*, organe officiel de l'Observatoire Vieillesse et Société.

NOUS SOMMES UN OBSERVATOIRE

André Ledoux, vigie qualité de vie

Par définition, un observatoire est un lieu généralement élevé d'où l'on peut apercevoir ou observer certains phénomènes. En général, ce sont des disciplines comme l'astronomie, la climatologie, la géophysique ou la météorologie qui se prêtent à des observations diverses.

Ce peut être aussi un « centre de regroupement et d'analyse de données qualitatives et quantitatives relatives à une problématique particulière pour en suivre les évolutions : l'observatoire de l'emploi, de la concurrence, des pratiques des usagers, etc.»*

Les sociétés, des organismes ou les gouvernements peuvent également créer des observatoires pour recueillir des informations et des connaissances ou pour formuler des recommandations. À l'OVVS, compte tenu des moyens de recherche limités dont nous disposons, nos observations ont pu se manifester surtout dans des mémoires que nous avons présentés aux diverses instances municipales ou gouvernementales au cours des dernières années. Plus précisément, nous sommes intervenus en regard des projets de loi 52 et 10 devant la



Commission parlementaire du gouvernement du Québec. D'autres mémoires ont visé la cohabitation sécuritaire entre les usagers vulnérables et les véhicules lourds de même que les traversées des rues, ce récent mémoire ayant répondu à une consultation de la Ville de Montréal.

Nous pouvons aussi émettre des points de vue ou des opinions et prendre position quant à des enjeux socioculturels sans que ce soit nécessairement appuyés de données probantes. Bref, en tant qu'observatoire, nous avons le souci de nous faire entendre dans les médias et sur la place publique en général.

*www.dictionnaire.sensagent.leparisien.frobserveatoire: définition de observatoire et synonyme.

SAVIEZ-VOUS QUE...?

Selon le Dr Dorian Oana, médecin généraliste à Saint-Avold, dans la Moselle en France, les pertes de mémoire mineures dans notre quotidien ne devraient pas nous alarmer. Toutefois certaines d'entre elles sont plus inquiétantes. En voici quelques-unes :

- Oublier des événements majeurs récents.
- Manifester des problèmes de langage.
- Faire preuve d'un jugement altéré : ne pas reconnaître un problème important de santé.
- Ranger des objets à des endroits inappropriés : mettre ses clés dans le réfrigérateur.

- Changer facilement d'humeur, passer subitement de la jovialité à la colère.
- Subir des changements dans la façon de se comporter : perdre l'intérêt à ses activités habituelles, rompre avec ses amis...

Ces manifestations sont donc importantes et témoignent de difficultés graves surtout si elles s'accumulent. Elles nécessitent parfois, en cas d'aggravation ou de prudence, une consultation médicale.



Infolettre *Gérophare*

Éditeur : Observatoire Vieillesse et Société (OVS) | **Rédacteur en chef :** André Ledoux | **Collaborateurs :** Ginette Brûlotte, Pierre Fournier, André Ledoux, **Infographiste :** Jacques Millette | **Réseaux sociaux :** Félix Benoit | **Site Web :** Pierre Fournier | **Photos :** Freepik

Le *Gérophare* est une publication trimestrielle. Dans ce bulletin, la formulation masculine est employée pour alléger le texte et ne se veut aucunement discriminatoire. Les articles publiés n'engagent que leur auteur.

LE VIEILLISSEMENT AU FÉMININ

André Ledoux, vigie qualité de vie

La féminisation de l'avancée en âge ne doit pas passer sous silence. Les femmes âgées sont évidemment plus nombreuses que les hommes âgés et les recherches ont mis du temps à s'intéresser à cet enjeu. Fait étonnant, jusqu'aux années 1980, la gérontologie a surtout fonctionné selon des critères masculins. Une fois de plus, les femmes ont subi l'injustice des inégalités. Déjà dans la classe d'âge de 65-74 ans, les femmes sont majoritaires. L'espérance de vie de la gent féminine est finalement plus élevée.

Le phénomène universel de la « féminisation de la société liée au vieillissement se rapporte à l'espérance de vie supérieure des femmes [...]. Jusqu'ici, on ne dispose pas d'explication concluante de ce phénomène dont on suppose toutefois qu'il est multi-causal. Ainsi, outre les facteurs biologiques censés expliquer les taux de mortalité différentiels des femmes et des hommes, on invoque des facteurs comportementaux. Nous savons par exemple que les comportements « genrés » limitant les risques jouent un rôle central dans l'explication de l'espérance de vie supérieure des femmes. Le fait que les femmes évitent les comportements hautement risqués correspond aux attentes en termes de rôles traditionnels¹. »

Ce qui retient notre attention jusqu'à un certain point lorsque l'on étudie le vieillissement au féminin à travers les siècles, c'est son caractère à tendance négative.

Dans son ouvrage *La vieillesse*, Simone de Beauvoir rappelle que les peintres de diverses époques ont traité du thème de la « vieille laide ». Certains sont allés jusqu'à la caricature en peignant « des sorcières décharnées, flétries, affreuses, hideusement décolletées, au visage bestial² ». La misogynie du Moyen Âge visait particulièrement les vieilles femmes, histoire de libérer la société de la vieillesse. Laissons le mot de la fin à l'écrivaine Laure Adler : « Partout, dans toutes les civilisations, la vieille femme est porteuse de maléfices et de sortilèges. [...] Sorcières, folles, les femmes âgées rompent l'ordre symbolique de la société³. »

Bien triste perception des femmes âgées. Aujourd'hui, elles disposent d'une foule d'artifices pour pallier les outrages du temps. Personne n'oserait de nos jours vilipender une aînée... Mais sommes-nous assurés que les choses ont vraiment changé ?

Références

1. Pasqualina PERRIG-CHIELLO³ et Frédéric DARBELLAY, « La vieillesse est féminine – qui s'en soucie ? », *Nouvelles Questions Féministes* 2004/1 (Vol. 23), traduction Marilène Vuille, p. 31-43 |
2. Simone DE BEAUVOIR, *La vieillesse*, Paris, Gallimard, Coll. « Folio essais », no 654, 2020, p. 231-232.
3. Laure ADLER, *La voyageuse de nuit*, Paris, Éditions Grasset, Coll. « Documents », 2020, p. 59-61.



LA TRAVERSÉE DES RUES À MONTRÉAL : UNE CONSULTATION SUIVIE PAR L'OVIS

Pierre Fournier

Récemment la Ville de Montréal a rendu publique une consultation en lien avec l'amélioration de la circulation des personnes ayant des capacités motrice, visuelle, auditive ou cognitive réduites. Cette consultation s'adresse notamment aux aînés et à toute personne éprouvant des difficultés à reconnaître les signaux routiers ou à emprunter des voies de traverses importantes. Différents organismes et partenaires étaient invités à donner leur avis et suggestions sur un document de consultation intitulé : « La traversée des rues : mesures d'accessibilité universelle et mobilité active ».



En vue d'améliorer son réseau routier et les mesures permettant aux divers utilisateurs d'être en sécurité, le service de l'urbanisme de la Ville de Montréal a permis à certains groupes d'utilisateurs et de partenaires d'effectuer des recommandations permettant d'améliorer le réseau. Ainsi différents groupes souvent tributaires d'une circulation trop intense notamment dans certains secteurs, pourront éventuellement bénéficier davantage de sécurité leur permettant de circuler plus librement.



AGIR CONTRE L'ÂGISME

Ateliers de sensibilisation. Voir détails

L'OVS offre gratuitement des ateliers de sensibilisation à l'âgisme aux organismes et dans divers milieux.

Les ateliers s'adressent à des aînés, aussi bien à domicile que dans une RPA, à des jeunes, des intervenants, des équipes de travail, des étudiants, des groupes communautaires, des bénévoles et des proches aidants. Bref, à toute personne qui souhaite réfléchir, échanger et s'outiller par rapport à la réalité de l'âgisme et à ses conséquences dans les différents milieux.

Souhaitez-vous assister à un atelier?

Informez-vous? info@ovs-oas.org

ATELIERS DE SENSIBILISATION À L'ÂGISME – SECTEUR FRANCOPHONE Janvier à décembre 2022

SECTEUR FRANCOPHONE : ANIMATRICE : LUCIE DELWAIDE (Professionnelle de la santé) et GILLES BÉLANGER (Chargé Cours , École de Travail social – UQAM)

- **MANDAT** : réaliser des ateliers dans le secteur francophone - de janvier à décembre 2022 : 31 ateliers ont été réalisés en 2022.
- **PARTICIPANTS** : 242 personnes ont participé aux ateliers.
- ATELIERS RÉALISÉS EN MODE PRÉSENTIEL OU VIRTUEL :
6 ateliers réalisés en mode présentiel (sur les lieux) et
25 ateliers réalisés en mode virtuel sur la plateforme Zoom.

ATELIERS DE SENSIBILISATION À L'ÂGISME – SECTEUR ANGLOPHONE Septembre à décembre 2022

SECTEUR ANGLOPHONE - ANIMATRICE : DAPHNE NAHMIASH, Ph.D.

- **MANDAT** : réaliser 5 ateliers dans le secteur anglophone – de septembre à décembre 2022.
- **PARTICIPANTS** : 79 personnes ont participé aux ateliers.
- ATELIERS RÉALISÉS EN MODE PRÉSENTIEL OU VIRTUEL :
2 ateliers réalisés en mode présentiel (sur les lieux) et
3 ateliers en mode virtuel sur la plateforme Zoom.

*Ginette Brûlotte
Vigie bioéthique*



LE GÉROPHARE... TOUJOURS FAIRE BONNE IMPRESSION !

L'Observatoire Vieillesse et Société (OVS) est un organisme sans but lucratif dont la mission est de promouvoir la qualité de vie des aînés et de relever les défis qu'engendrent l'âge et ses conséquences au sein de la société. Pour y arriver, il peut compter sur le soutien de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM) et de ses bénévoles. Il souhaite améliorer le bien-vieillir des aînés, notamment par la sensibilisation, la prévention et la lutte contre l'âgeisme. L'aspect communicationnel, là où principalement les lecteurs s'informent s'inscrit dans notre mission fondamentale et fait l'objet en partie du projet d'information.

Le *Gérophare* est l'organe officiel d'information de l'Observatoire Vieillesse et Société (OVS). Déjà publié en format numérique depuis de nombreuses années, ce projet de publication met en relief des informations concernant, selon les numéros, des recherches en cours, des articles d'actualités, des billets, des chroniques et est actuellement transmis en ligne à chaque trimestre. Son but est de permettre d'améliorer les relations auprès de notre clientèle d'aînés, soit l'une des valeurs que l'OVS promeut.

En dépit des outils numériques disponibles pour les aînés, il est toujours intéressant et pertinent pour eux d'obtenir un document imprimé. C'est là notre conviction, mais avons-nous vraiment raison?



La nouvelle technologie et les outils numériques ne permettent pas à tous une consultation agréable et facile de notre infolettre. Nous souhaiterions donc accorder à plus d'aînés la possibilité de consulter le *Gérophare* et d'en ap-

précier son contenu. D'où l'intérêt pour une version imprimée facile à consulter en tout temps et partout. Afin d'avoir plus d'ancrage dans un monde réel de communications humaines, il est bon de se dégager à l'occasion des outils numériques et de pouvoir consulter une version imprimée qui permet une consultation plus facile et agréable.



Afin de favoriser sa croissance et d'atteindre un plus large public habitué à une publication périodique imprimée, notre but est d'obtenir un soutien financier (impression et diffusion) pour rendre notre infolettre plus accessible pour un grand nombre d'aînés. Portant sur des activités récurrentes (conférences, cafés rencontres, présentations éducatives et autres) et sujets actuels liés au bien vieillir des aînés, nous souhaitons poursuivre la production éventuelle de quatre numéros par an (un par saison).

Il est à noter que les envois d'une version imprimée pourraient être regroupés dans certains cas dans le but de permettre à des personnes demeurant en résidence d'y avoir accès facilement. En plus de faire parvenir à nos aînés-abonnés cette publication sera expédié principalement à des résidences sélectionnées, des centres d'accueil et des organismes spécialisés pour une meilleure diffusion.

Qu'en pensez-vous? **Répondez à notre court sondage à la page suivante.**

Au plaisir de vous lire.

Pierre Fournier

Découvrez toutes nos activités et nos projets



En visitant notre site Web www.ovs-oas.org ou en consultant notre page facebook.

Vous avez des commentaires ou des suggestions ?
Écrivez-nous : info@ovs-oas.org



SONDAGE

Êtes-vous du type imprimé ou numérique?

Votre infolettre *Gérophare* veut savoir...



1 Trouvez-vous que le *Gérophare* numérique expédié par courriel est une bonne formule?

OUI NON

2 Lisez-vous l'ensemble du *Gérophare* à chaque numéro? Sinon, que lisez-vous en particulier dans nos pages?

OUI NON

1. _____

2. _____

3 Est-ce qu'une version imprimée du *Gérophare* vous plairait davantage?

SÛREMENT PEUT-ÊTRE PAS DU TOUT

4 Croyez-vous qu'une version imprimée du *Gérophare* inciterait davantage à la lecture ?

OUI SANS DOUTE NON

5 Seriez-vous prêts à déboursier un petit montant (pour frais de transport ex. 15 \$ par année) pour recevoir quatre numéros du *Gérophare* imprimé directement chez vous?

OUI PEUT-ÊTRE NON

En terminant vous êtes!

Un homme Une femme

Vous avez entre 65-70 ans

Vous avez entre 70-75 ans

Vous avez entre 75-80 ans

Vous avez plus de 81 ans

Vous habitez !

Montréal Longueuil Laval

Autre _____

Imprimez ce sondage et une fois complété, contactez-nous : Observatoire Vieillessement et Société
4565, Ch. Queen Mary, bureau R-0726
Montréal (Québec) H3W 1W5
Par courriel : info@ovs-oas.org
Par téléphone : 450-229-7534

Les rencontres ESPACE RÉFLEXION du printemps

On en parle – Toujours les mardis à 19 h 30



21 mars, 19 h 30 – Propos sur la longévité

C'est un fait indiscutable : nous vivons de plus en plus vieux. Où en sommes-nous dans cette longévité dans le monde et au Québec ? Est-il possible de prolonger ces années qu'il nous reste à vivre ? Existe-t-il des secrets ?

25 avril, 19 h 30 – Discrimination et personnes âgées

L'âgisme, et les préjugés envers les aînés, sont toujours d'une grande actualité. Quel visage cette discrimination prend-elle en ces temps du numérique et du souci d'une éternelle jeunesse ? Comment combattre l'âgisme collectivement et individuellement ?

Pour de plus amples infos, communiquez avec André Ledoux à l'adresse électronique andledoux@videotron.ca.

INFORMATIONS UTILES

Service-Québec

Tél. : 1 800 644-4545
www.gouv.qc.ca

Ligne provinciale COVID-19

Renseignements sur le coronavirus
Tél. : 1 877 644-4545
www.quebec.ca/sante

Le CRIUGM

Répond au confinement des aînés
Tél. : 514 340-3540
www.webinaire.criugm.qc.ca

Tel-Aînés

Services d'écoute et de référence confidentiels (60 ans et plus)
Tél. : 514 353-2463
www.tel-ecoute.org

L'Appui – Info-Aidant

Services téléphoniques d'écoute et de référence pour proches aidants.
Tél. : 1 855 852-7784
www.lappui.org

FONDATION  Sibylla Hesse

 iugm
Institut universitaire
de gériatrie de Montréal

LE GROUPE MAURICE
LES RETRAITÉS NOUS HABITENT

Québec 

 Government of Canada / Gouvernement du Canada

Canada 

 Centres
Masliah
AUDIOPROTHÉSISTES

MERCI À NOS PARTENAIRES !