

# Vieillir à l'ère numérique

**NETendances** 2018  
UNE INITIATIVE DU **cefrio**

Édition 2018  
Volume 9 – Numéro 1

AVEC LA COLLABORATION DE





RECHERCHE

## Votre partenaire en sondage depuis 30 ans.

*Spécialiste en recherche marketing et sociale*



**Sondages**



**Recherche Marketing**



**Recherche sociale**



**Mesure de la satisfaction**

2021 Ave. Union #1221  
Montréal (Québec) H3A2S9

Téléphone : 514-288-1980  
Télécopieur : 514-288-6607

[www.biprecherche.com](http://www.biprecherche.com)

# Table des matières

Méthodologie.....	4
Faits saillants de l'enquête.....	5
1.Des aînés de plus en plus connectés au Québec.....	6
1.1 La plus importante croissance de branchement à Internet est auprès des aînés.....	6
1.2 La majorité des aînés utilisent Internet quotidiennement.....	7
1.3 Ils se sentent habiles à utiliser Internet en général.....	8
1.4 De plus en plus de cyberacheteurs parmi les aînés.....	8
1.5 La tablette électronique : populaire auprès des aînés.....	9
1.6 De faibles intentions d'achat d'appareils mobiles chez les aînés.....	10
2. Un regard positif envers la technologie.....	11
2.1 Les technologies peuvent avoir des bénéfices pour la vie à la maison selon les aînés.....	11
2.2 Les aînés croient que les technologies peuvent aider à briser l'isolement.....	12
2.3 Un accès plus facile à des services par les technologies.....	13
2.4 Des aînés enthousiastes envers l'avenir des technologies.....	14
3. La technologie au service des aînés.....	15
3.1 Un aîné sur quatre utilise un objet ou un outil numérique pour suivre sa santé.....	15
3.2 Plus du tiers des aînés se sentent à l'aise de faire des appels vidéo avec un intervenant de la santé ou de leur communauté.....	16
3.3 La majorité des aînés sont intéressés par des outils numériques favorisant leur autonomie.....	17

## VIEILLIR À L'ÈRE NUMÉRIQUE

L'enquête *NETendances 2018* a été réalisée par le CEFRIO, avec la collaboration de BIP, et financée par le Mouvement des caisses Desjardins, Hydro-Québec et Services Québec (ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale).

### ÉQUIPE DE PROJET

#### Claire Bourget

Directrice principale, recherche marketing, CEFRIO  
*Coordination du projet*

#### Maggie Poulin de Courval

Chargée de projet, CEFRIO  
*Analyse des données et rédaction*

### ÉQUIPE D'ÉDITION

#### Guillaume Ducharme

Vice-président, communications et affaires corporatives, CEFRIO

#### Raymond Poirier

Chef, communications et mise en valeur des projets, CEFRIO

#### Marie-Guy Maynard

Traductrice agréée, Traductions MGM  
*Révision linguistique*

Merci à l'équipe de BIP pour sa collaboration à la collecte et au traitement des données.

Dépôt légal : 2018  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada  
ISSN (PDF) : (1923-6565)  
Ce numéro peut être consulté en ligne ou téléchargé en format PDF à partir de la section « Publications » du site Web du CEFRIO :  
[www.cefrio.qc.ca](http://www.cefrio.qc.ca).

L'information contenue aux présentes ne peut être utilisée ou reproduite à moins d'une autorisation écrite du CEFRIO.

MERCI À NOS PARTENAIRES FINANCIERS :



# Méthodologie

Pour réaliser le volet « Vieillir à l'ère numérique » de l'enquête *NETendances 2018*, nous avons utilisé des collectes de données réalisées en mai, juin et juillet 2018, au cours desquelles 749 adultes âgés de 65 ans et plus ont été interrogés, par voie téléphonique. Les résultats ont été pondérés en fonction du sexe, de l'âge, de la région et de la langue des répondants afin d'assurer la représentativité de l'ensemble des aînés québécois. La marge d'erreur maximale, selon la proportion estimée, se situe à  $\pm 3,6\%$  pour la base des aînés, et ce, 19 fois sur 20.

Aux fins du sondage, 16 régions administratives du Québec ont été regroupées en cinq grandes régions :

- > RMR de Montréal (Montréal, Laval, Lanaudière [RMR], les Laurentides [RMR] et la Montérégie [RMR]);
- > RMR de Québec (Québec [RMR] et la Chaudière-Appalaches [RMR]);
- > Est du Québec (le Bas-Saint-Laurent, le Saguenay–Lac-Saint-Jean, la Côte-Nord et la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine);
- > Centre du Québec (la Mauricie, l'Estrie, le Centre-du-Québec, Québec [hors RMR] et la Chaudière-Appalaches [hors RMR]);
- > Ouest du Québec (l'Outaouais, l'Abitibi-Témiscamingue, Lanaudière [hors RMR], les Laurentides [hors RMR] et la Montérégie [hors RMR]).

## Note :

- Les chiffres **en rouge** indiquent des résultats significativement supérieurs au total, dans un intervalle de confiance d'au moins 95 % - **en gras rouge**, l'intervalle de confiance est de 99 %.
- Les chiffres **en bleu** indiquent des résultats significativement inférieurs au total, dans un intervalle de confiance d'au moins 95 % - **en gras bleu**, l'intervalle de confiance est de 99 %.

# La technologie au service des aînés

## Faits saillants de l'enquête

Dans cette enquête, on remarque que certains groupes, parmi les aînés, se distinguent dans l'adoption et l'usage du numérique. D'ailleurs, il s'agit des mêmes variables qui se démarquent habituellement dans l'ensemble de la population adulte (âge, éducation, revenu).



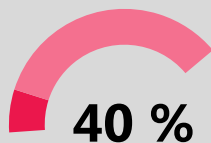
Le segment plus jeune des aînés, soit les 65 à 74 ans.



Les aînés détenant un diplôme universitaire.



Les aînés dont le revenu familial est supérieur (80 000 \$ et +).



des adultes de 65 ans et plus se disent **enthousiastes face au futur des technologies et des objets intelligents** comme partie intégrante de la vie quotidienne dans le foyer.

## DES AÎNÉS DE PLUS EN PLUS CONNECTÉS

Parmi les adultes de 65 ans et plus :



**80 %**

disposent d'une connexion Internet à la maison, une croissance de 20 points de pourcentage depuis 2014



**60 %**

utilisent Internet tous les jours, une hausse de 9 points de pourcentage en deux ans



**76 %**

des internautes évaluent leurs habiletés personnelles pour utiliser Internet en général à un niveau moyen ou élevé



**51 %**

possèdent une tablette électronique, et plus d'un sur trois (37 %) un téléphone intelligent, des augmentations de 12 points et de 11 points de pourcentage depuis 2016, respectivement



**29 %**

ont fait un achat en ligne en 2017, une augmentation de cyberacheteurs de 11 points de pourcentage en quatre ans

## RESTER AUTONOMES GRÂCE AU NUMÉRIQUE

Parmi les adultes de 65 ans et plus :



**22 %**

utilisent actuellement des objets ou des outils numériques pour suivre leur santé



**35 %**

se sentent à l'aise pour faire des appels vidéo avec un professionnel de la santé ou tout autre intervenant de leur communauté



**55 %**

sont intéressés à considérer au moins un outil numérique afin de rester autonome le plus longtemps possible

## UN TOURNANT GÉNÉRATIONNEL AU CANADA

Les aînés sont, de plus en plus, au cœur des discussions et des préoccupations, et ce n'est pas pour rien. Pour la première fois dans l'histoire du Canada, la population des aînés (65 ans et plus) dépasse celle des enfants (14 ans et moins), selon Statistique Canada. Lors du dernier recensement de 2016, on comptait 5,9 millions d'aînés au pays, comparativement à 5,8 millions d'enfants. Il s'agit d'une croissance de 20 % des aînés en quatre ans, soit depuis le recensement précédent en 2011, et une croissance de 4,1 % des enfants.

La situation est la même au Québec : les aînés sont plus nombreux que les enfants. En 2016, il y avait 1,5 million d'aînés dans la province, une croissance de 18,9 % en quatre ans, et 1,3 million d'enfants, représentant une croissance de 5,9 %.

Source : recensement de 2016, Statistiques Canada

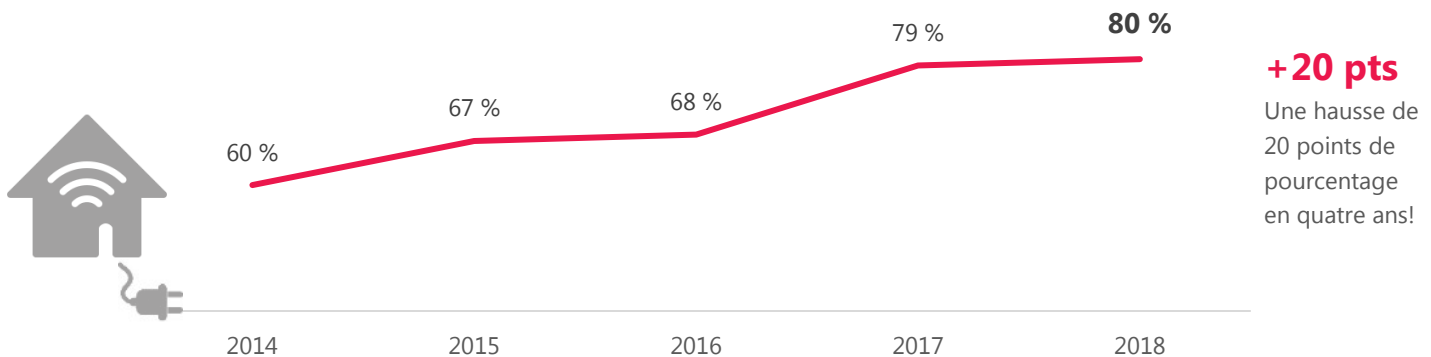
# 1. Des aînés de plus en plus connectés au Québec

## 1.1 La plus importante croissance de branchement à Internet est auprès des aînés

Internet a frayé son chemin dans la grande majorité des foyers d'aînés au Québec. En 2018, 80 % des adultes âgés de 65 ans et plus disposent d'une connexion Internet à la maison, une augmentation de 20 points de pourcentage en quatre ans. Il s'agit de la génération qui connaît la plus forte croissance au Québec<sup>1</sup>. Du côté du Canada anglais, un taux similaire de branchement à Internet est observé auprès des adultes de 65 ans et plus (77 %)<sup>2</sup>.

Au Québec, un plus grand nombre d'adultes âgés de 65 à 74 ans (85 %) ont accès à Internet à la maison, comparativement au segment plus vieux, soit les 75 ans et plus (70 %). On remarque également que les aînés détenant un diplôme universitaire (91 %) sont significativement plus nombreux à être connectés à Internet. Il est intéressant de noter que les aînés vivant seuls sont plus nombreux à ne pas disposer d'une connexion Internet à la maison (32 %).

### ÉVOLUTION DU TAUX DE BRANCHEMENT À INTERNET



Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749 en 2018, 1 122 en 2017, 1 155 en 2016, 194 en 2015 et 195 en 2014)

Question : Disposez-vous d'une connexion Internet à la maison?

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Oui, disposent d'une connexion Internet à la maison	80 %	83 %	78 %	85 %	70 %	80 %	81 %	80 %	79 %	80 %
Non, aucune connexion	20 %	17 %	22 %	14 %	29 %	20 %	19 %	19 %	21 %	19 %

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Oui, disposent d'une connexion Internet à la maison	80 %	68 %	85 %	91 %	46 %	75 %	89 %	92 %	99 %
Non, aucune connexion	20 %	31 %	15 %	8 %	53 %	25 %	11 %	7 %	1 %

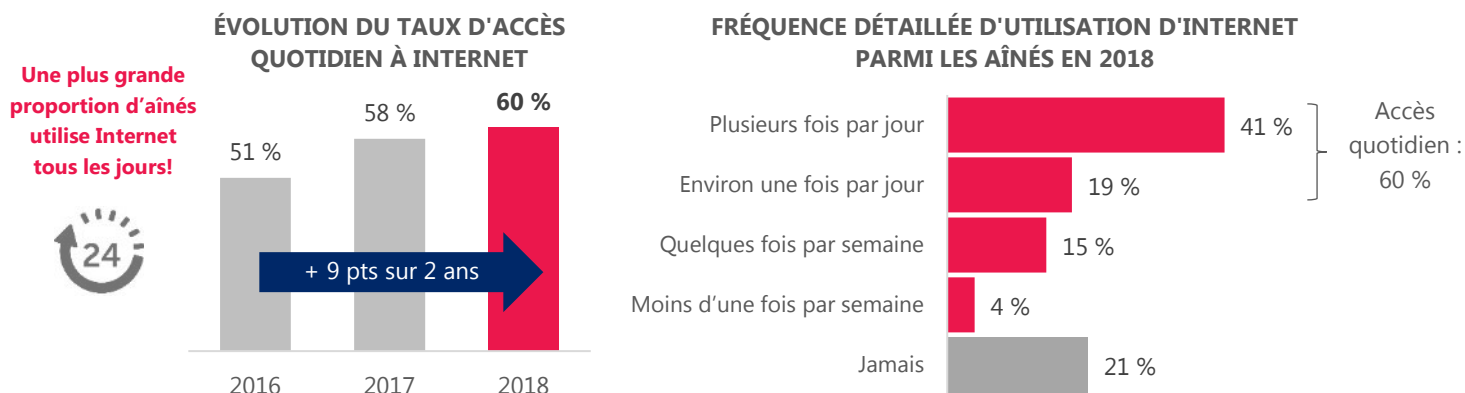
<sup>1</sup> Entre 2014 et 2018, la croissance du taux de branchement à Internet est de deux points de pourcentage auprès des 35 à 54 ans, de 14 points de pourcentage auprès des 55 à 64 ans, tandis que le taux est stable (-1 point de pourcentage) auprès des 18 à 34 ans.

<sup>2</sup> Résultats de l'étude *Internet use in the home* réalisée par l'Observatoire des technologies médias et présentés dans l'article : « [Canadian Internet connections have reached saturation: study](#) », *Media in Canada*, 21 mars 2017

## 1.2 La majorité des aînés utilisent Internet quotidiennement

Les aînés québécois sont de plus en plus nombreux à utiliser quotidiennement à Internet. En 2018, c'est plus de la moitié, soit 60 %, qui utilise Internet au moins une fois par jour, une hausse de neuf points de pourcentage comparativement à 2016.

Les adultes âgés de 65 à 74 ans (67 %) sont plus nombreux à accéder à Internet sur une base quotidienne, par rapport aux adultes de 75 ans et plus. Néanmoins, c'est près d'un adulte sur deux âgé de 75 ans et plus (48 %) qui l'utilise tous les jours, un taux non négligeable. Les diplômés universitaires (75 %), ainsi que les aînés vivant dans un foyer de deux personnes (68 %) sont également plus nombreux, en proportion, à utiliser le Web sur une base quotidienne.



Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749 en 2018, 2 158 en 2017 et 962 en 2016)

Question : De façon générale, utilisez-vous personnellement Internet...?

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Sous-total accès quotidien	60 %	66 %	55 %	67 %	48 %	61 %	65 %	57 %	54 %	63 %
Plusieurs fois par jour	41 %	47 %	37 %	46 %	33 %	43 %	55 %	42 %	33 %	38 %
Environ une fois par jour	19 %	19 %	18 %	21 %	15 %	18 %	10 %	15 %	21 %	25 %
Quelques fois par semaine	15 %	12 %	17 %	14 %	16 %	14 %	10 %	16 %	21 %	11 %
Moins d'une fois par semaine	4 %	2 %	6 %	4 %	4 %	4 %	6 %	7 %	1 %	4 %
Jamais	21 %	20 %	22 %	15 %	32 %	21 %	19 %	20 %	24 %	22 %

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Sous-total accès quotidien	60 %	47 %	63 %	75 %	32 %	49 %	68 %	81 %	86 %
Plusieurs fois par jour	41 %	28 %	42 %	59 %	22 %	27 %	46 %	63 %	69 %
Environ une fois par jour	19 %	19 %	21 %	16 %	10 %	22 %	22 %	18 %	17 %
Quelques fois par semaine	15 %	16 %	16 %	12 %	13 %	20 %	15 %	9 %	12 %
Moins d'une fois par semaine	4 %	3 %	5 %	5 %	5 %	3 %	5 %	3 %	1 %
Jamais	21 %	34 %	16 %	8 %	50 %	28 %	12 %	7 %	1 %

### UNE FRÉQUENCE D'UTILISATION D'INTERNET SIMILAIRE CHEZ LES AÎNÉS AMÉRICAINS

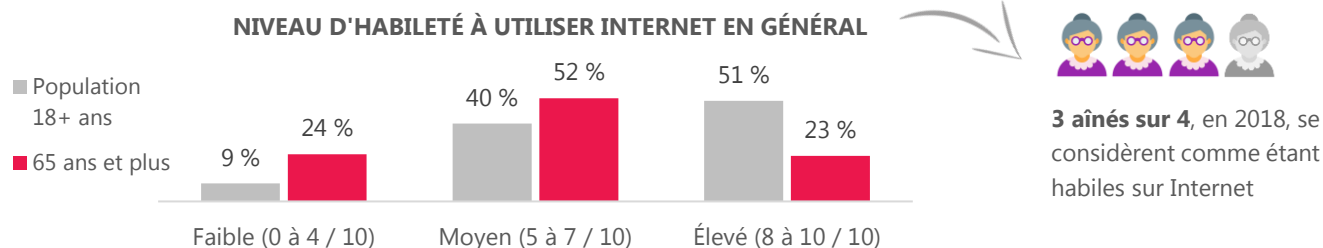


En 2018, les adultes âgés de 65 ans et plus aux États-Unis sont tout aussi nombreux que les aînés québécois à utiliser Internet de multiples fois dans une journée. En effet, 38 % d'entre eux affirment utiliser Internet plusieurs fois par jour, comparativement à 41 % des aînés québécois. Malgré que ce taux soit bien inférieur à l'ensemble de la population américaine (69 %), il s'agit d'une augmentation de 8 points de pourcentage chez les aînés américains comparativement à 2015.

Source : « About a quarter of U.S. adults say they are almost constantly online », Pew Research Center, mars 2018

### 1.3 Ils se sentent habiles à utiliser Internet en général

Les internautes québécois de 65 ans et plus se considèrent comme étant habiles sur Internet. En 2018, les trois quarts d'entre eux évaluent leurs habiletés personnelles à utiliser Internet en général à un niveau moyen ou élevé, et ce, tant chez les 65 à 74 ans (75 %) que les 75 ans et plus (77 %). Bien que cette proportion soit au-dessous de l'ensemble de la population, il est rassurant, pour l'avenir des outils numériques qui leur sont destinés, d'observer que les aînés ont une certaine confiance en leurs compétences informatiques.



**Base : internautes québécois (n= 952) et internautes âgés de 65 ans et plus (n=118)**

Question : Sur une échelle de 0 à 10 où 0 signifie aucune habileté personnelle et 10 signifie un très haut niveau d'habiletés personnelles, comment évaluez-vous vos habiletés personnelles pour utiliser Internet de façon générale?

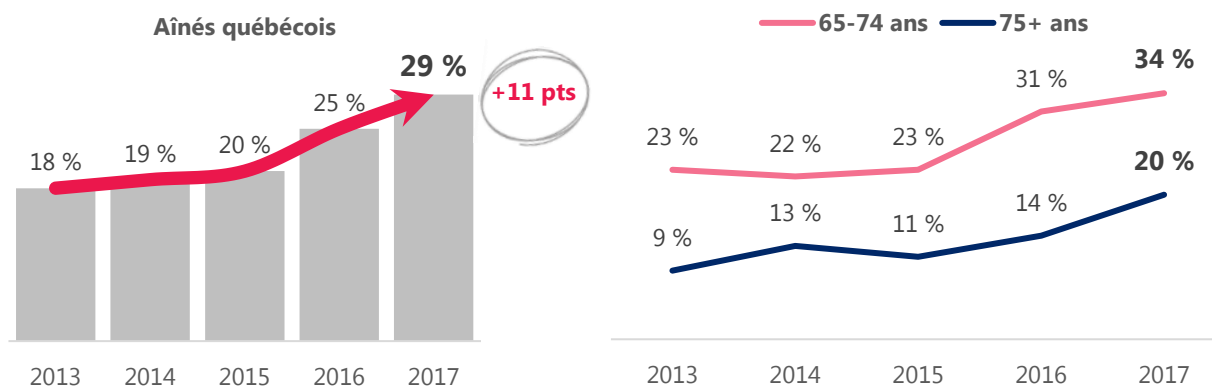
Parmi les internautes québécois de 65 ans et +	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus
Sous-total faible	24 %	21 %	27 %	25 %	23 %
Sous-total moyen	52 %	52 %	53 %	51 %	55 %
Sous-total élevé	23 %	27 %	20 %	24 %	22 %

### 1.4 De plus en plus de cyberacheteurs parmi les aînés

En 2017<sup>3</sup>, 29 % des aînés québécois ont effectué au moins un achat en ligne au cours de l'année, une croissance importante de 11 points de pourcentage sur quatre ans. Un taux similaire à celui de nos voisins du Sud, les États-Unis, où 28 % des aînés font des achats en ligne<sup>4</sup>.

La plupart des cyberacheteurs de ce groupe d'âge (75 %) dépensent moins de 500 \$ annuellement sur le Web répartis entre deux et six achats. Ce sont donc ce que nous considérons des cyberacheteurs occasionnels. Il est intéressant de noter que les hommes (39 %) sont significativement plus nombreux que les femmes (22 %) à avoir fait un achat en ligne en 2017.

#### ÉVOLUTION DU TAUX ANNUEL DE CYBERACHETEURS



**Base : adultes québécois de 65 ans et plus (n=198 en 2017, 193 en 2016, 195 en 2015, 194 en 2014 et 198 en 2013)**

Question : Au cours des 12 mois de l'année, avez-vous réalisé personnellement un ou des achats sur Internet, incluant des achats faits sur des applications mobiles et des abonnements à des services en ligne (exemple Netflix)?

Parmi les aînés québécois	Total 2017	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus
Achats en 2017	29 %	39 %	22 %	34 %	20 %

<sup>3</sup> NETendances 2017, Le commerce électronique au Québec, vol. 8, n°7

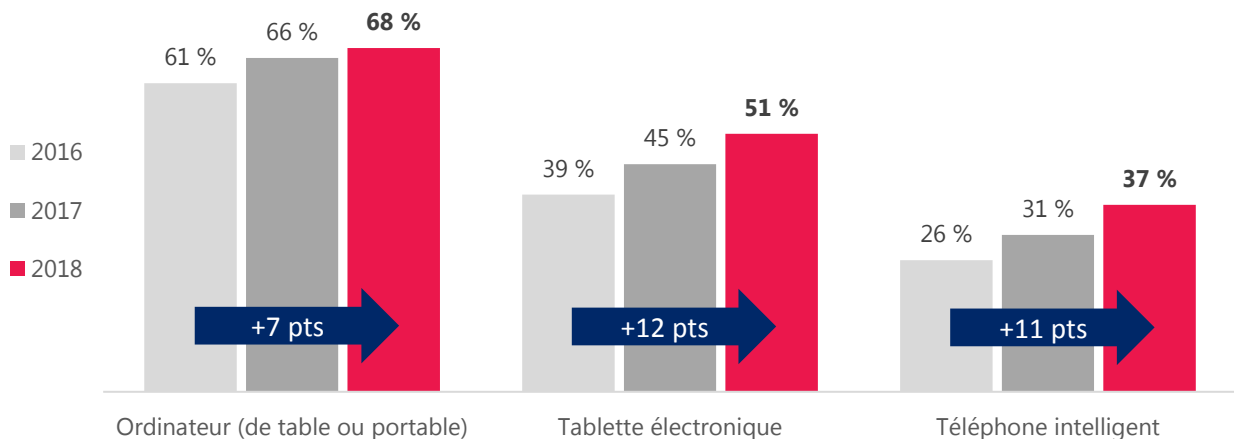
<sup>4</sup> « How many people shop online? », CPC strategy, 25 mai 2017

## 1.5 La tablette électronique : populaire auprès des aînés

Au Québec, 82 % des aînés disposent personnellement d'au moins un appareil permettant de se connecter à Internet, dont un ordinateur, une tablette électronique ou un téléphone intelligent. Il est intéressant de noter que la tablette électronique est plus populaire auprès des aînés que le téléphone intelligent, même si tous les deux connaissent une croissance intéressante de leur taux d'adoption au cours des dernières années.

Les adultes âgés de 65 à 74 ans ainsi que les aînés ayant un diplôme universitaire sont plus nombreux à disposer de chacun de ces appareils, que ce soit un ordinateur, une tablette électronique et un téléphone intelligent. De plus, tout comme pour le branchement à Internet, les aînés vivant seuls sont relativement moins nombreux à disposer de ceux-ci (56 % un ordinateur, 41 % une tablette électronique, 31 % un téléphone intelligent).

### APPAREILS NUMÉRIQUES DONT DISPOSENT LES AÎNÉS



Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749 en 2018, 2 158 en 2017 et 1 155 en 2016)

Question : Vous, personnellement, disposez-vous...

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Téléphone intelligent	37 %	43 %	32 %	42 %	27 %	39 %	39 %	32 %	27 %	41 %
Tablette numérique	51 %	49 %	53 %	56 %	42 %	57 %	57 %	47 %	41 %	46 %
Ordinateur	68 %	74 %	63 %	72 %	61 %	70 %	71 %	62 %	64 %	68 %

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Téléphone intelligent	37 %	25 %	42 %	49 %	15 %	26 %	45 %	53 %	64 %
Tablette numérique	51 %	41 %	57 %	62 %	25 %	42 %	57 %	61 %	78 %
Ordinateur	68 %	53 %	72 %	84 %	31 %	62 %	79 %	83 %	92 %

## LES GÉNÉRATIONS PLUS ÂGÉES ADOPTENT EN GRAND NOMBRE LES TECHNOLOGIES



Les technologies sont souvent associées aux plus jeunes générations, comme les milléniaux. Néanmoins, les générations plus âgées connaissent des croissances importantes en ce qui concerne l'adoption de certaines technologies. En 2018, aux États-Unis, 52 % des baby-boomers (adultes âgés de 54 à 72 ans) et 25 % des adultes âgés de 73 à 90 ans (génération silencieuse) détiennent une tablette électronique, soit une croissance de 21 points et de huit points de pourcentage, respectivement, par rapport à 2013. Ils sont également nombreux à posséder un téléphone intelligent, soit 67 % des baby-boomers et 30 % de la génération silencieuse.

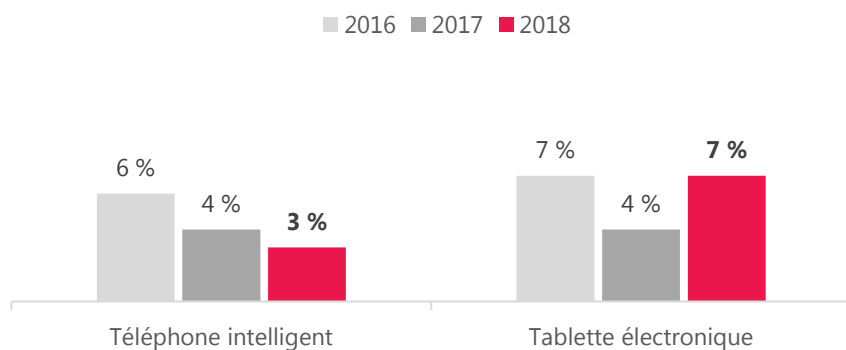
Sources : « [Millennials stand out for their technology use, but older generations also embrace digital life](#) », [Pew Research Center, mai 2018](#)

À titre comparatif avec les données de l'encadré ci-haut, au Québec en 2018, 60 % des 55 à 74 ans détiennent une tablette électronique, tout comme 42 % des 75 ans et plus. Moins populaire, le téléphone intelligent est présent auprès de 54 % des adultes âgés de 55 à 74 ans et de 27 % des adultes âgés de 75 ans et plus.

### 1.6 De faibles intentions d'achat d'appareils mobiles chez les aînés

Au cours des 12 prochains mois, les adultes de 65 ans et plus sont peu nombreux à avoir l'intention d'acquérir un appareil mobile, que ce soit un téléphone intelligent ou une tablette électronique. Cependant, leur intérêt est plus marqué pour les tablettes électroniques, avec 7 % des aînés ayant l'intention de s'en procurer une dans la prochaine année.

#### INTENTION D'ACHAT AU COURS DES 12 PROCHAINS MOIS



Près de **1 aîné sur 10** a l'intention d'acheter l'un ou l'autre de ces appareils au cours des 12 prochains mois.

**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=143 en 2018, 196 en 2017 et 193 en 2016)**

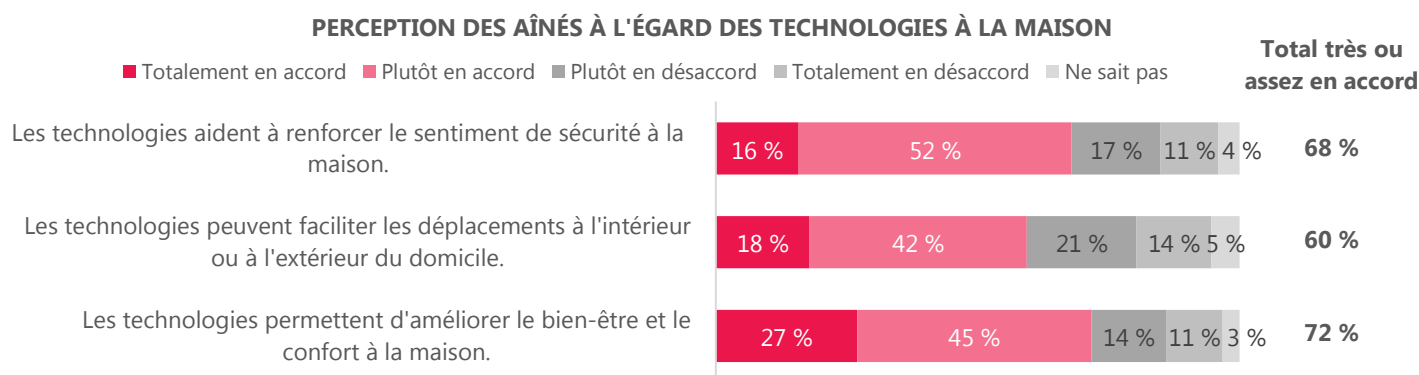
Question : Au cours des 12 prochains mois, envisagez-vous d'acheter ou d'acquérir les appareils suivants?

## 2. Un regard positif envers la technologie

### 2.1 Les technologies peuvent avoir des bénéfices pour la vie à la maison selon les aînés.

Les aînés perçoivent positivement les technologies à la maison. En effet, la majorité d'entre eux (68 %) croit que les technologies aident à renforcer le sentiment de sécurité à la maison. D'ailleurs, le segment plus jeune des aînés est davantage à être de cet avis (70 %), comparativement à ceux âgés de 75 ans et plus (63 %). Ils sont également plus nombreux à trouver que les technologies facilitent les déplacements à l'intérieur et à l'extérieur du domicile (63 %), comparativement à 53 % des 75 ans et plus.

De leur côté, les aînés détenant un diplôme universitaire sont nombreux à être d'avis que les technologies aident à renforcer le sentiment de sécurité à la maison (74 %), facilitent les déplacements (67 %) et améliorent le bien-être et le confort à la maison (79 %).



**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)**

Question : Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants?

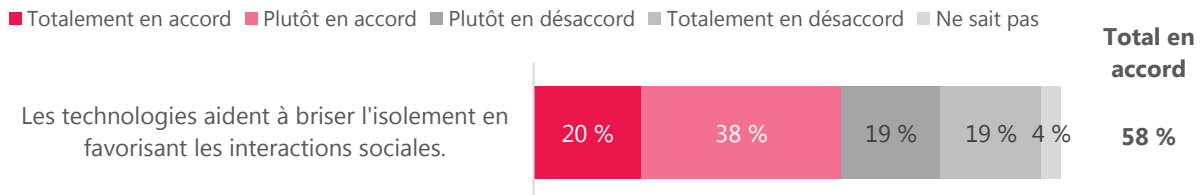
Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Les technologies aident à renforcer le sentiment de sécurité à la maison.	68 %	71 %	65 %	70 %	63 %	69 %	68 %	73 %	60 %	67 %
Les technologies peuvent faciliter les déplacements à l'intérieur et à l'extérieur du domicile.	60 %	60 %	59 %	63 %	53 %	62 %	62 %	54 %	58 %	54 %
Les technologies permettent d'améliorer le bien-être et le confort à la maison.	72 %	75 %	69 %	72 %	70 %	70 %	76 %	72 %	77 %	69 %

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Les technologies aident à renforcer le sentiment de sécurité à la maison.	68 %	61 %	71 %	74 %	59 %	69 %	73 %	72 %	76 %
Les technologies peuvent faciliter les déplacements à l'intérieur et à l'extérieur du domicile.	60 %	51 %	62 %	67 %	55 %	60 %	61 %	66 %	68 %
Les technologies permettent d'améliorer le bien-être et le confort à la maison.	72 %	64 %	76 %	79 %	57 %	72 %	75 %	81 %	82 %

## 2.2 Les aînés croient que les technologies peuvent aider à briser l'isolement.

Au Québec, un peu plus d'un aîné sur deux (58 %) est d'avis que les technologies aident à briser l'isolement en favorisant les interactions sociales. Les adultes de 65 ans et plus vivant dans un foyer de deux personnes (63 %) sont plus nombreux à être en accord avec cet énoncé, tout comme les francophones (60 % comp. à 46 % des non-francophones). On remarque également que ceux ayant accès à Internet à la maison sont également plus nombreux à être en accord (63 %), comparativement à ceux qui n'en ont pas (50 %).

### PERCEPTION DES AÎNÉS À L'ÉGARD DES TECHNOLOGIES POUR BRISER L'ISOLEMENT



**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)**

Question : Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants?

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Les technologies aident à briser l'isolement en favorisant les interactions sociales.	58 %	58 %	59 %	61 %	55 %	57 %	58 %	64 %	62 %	57 %

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Prim./ Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Les technologies aident à briser l'isolement en favorisant les interactions sociales.	58 %	56 %	66 %	57 %	54 %	61 %	63 %	63 %	56 %

### LES EFFETS NÉFASTES DE L'ISOLEMENT SOCIAL ÉQUIVALENT À FUMER 15 CIGARETTES PAR JOUR

L'isolement social est défini comme un manque de connexion, de relation et d'échange avec d'autres individus. Il peut être engendré par des facteurs physiques ou émotionnels, tels que la distance, une incapacité physique ou un événement traumatisant. Une étude britannique démontre que les individus souffrant d'isolement social ou de solitude vont utiliser plus fréquemment les services sociaux et sont plus à risque de développer des problèmes de santé, dont la dépression, l'anxiété ou la démence.



D'ailleurs, l'étude mentionne que les effets négatifs de l'isolement social sur la santé équivalent à fumer 15 cigarettes par jour. Au Royaume-Uni, 29 % des 65 à 74 ans ainsi que 41 % des 75 ans et plus affirment souffrir d'isolement au moins quelques fois par semaine.

### DES SOLUTIONS TECHNOLOGIQUES POUR COMBATTRE L'ISOLEMENT DES AÎNÉS

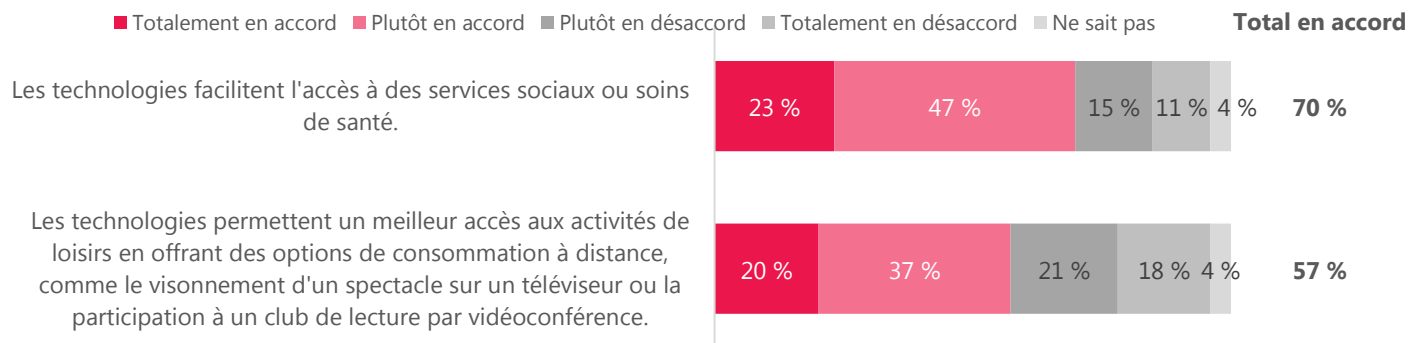
Un groupe de chercheurs canadiens ont mis au point un outil visant à contrer l'isolement social : *family in touch (FIT) prototype*. Ayant remarqué que les aînés avaient l'habitude de toucher le portrait de leur entourage, ils ont conçu un cadre photo numérique qui envoie un signal aux proches dont le portrait vient d'être touché. Ces derniers ont la possibilité d'envoyer un message vidéo pour l'aîné dans le cadre numérique. Une fois enregistré, le cadre clignote pour avertir l'aîné qu'il a un nouveau message.

Source : [Social isolation and loneliness in the UK, with a focus on the use of technology to tackle these conditions. iot UK, Future Cities Catapult](#)

### 2.3 Un accès plus facile à des services par les technologies.

Près de trois sur quatre adultes âgés de 65 ans et plus (70 %) sont d'avis que les technologies facilitent l'accès à des services sociaux ou de soins de santé. De plus, la majorité des aînés (57 %) sont en accord que les technologies permettent un meilleur accès aux activités de loisirs en offrant des options de consommation à distance, comme le visionnement d'un spectacle sur un téléviseur ou la participation à un club de lecture par vidéoconférence. Les 65 à 74 ans (61 %) sont davantage à être de cet avis, comparativement aux plus vieux (51 %). Il en est de même pour les aînés ayant un diplôme universitaire (64 %).

#### PERCEPTIONS DES AÎNÉS À L'ÉGARD DES TECHNOLOGIES POUR ACCÉDER À DES ACTIVITÉS ET À DES SERVICES



**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)**

Question : Dans quelle mesure êtes-vous en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants?

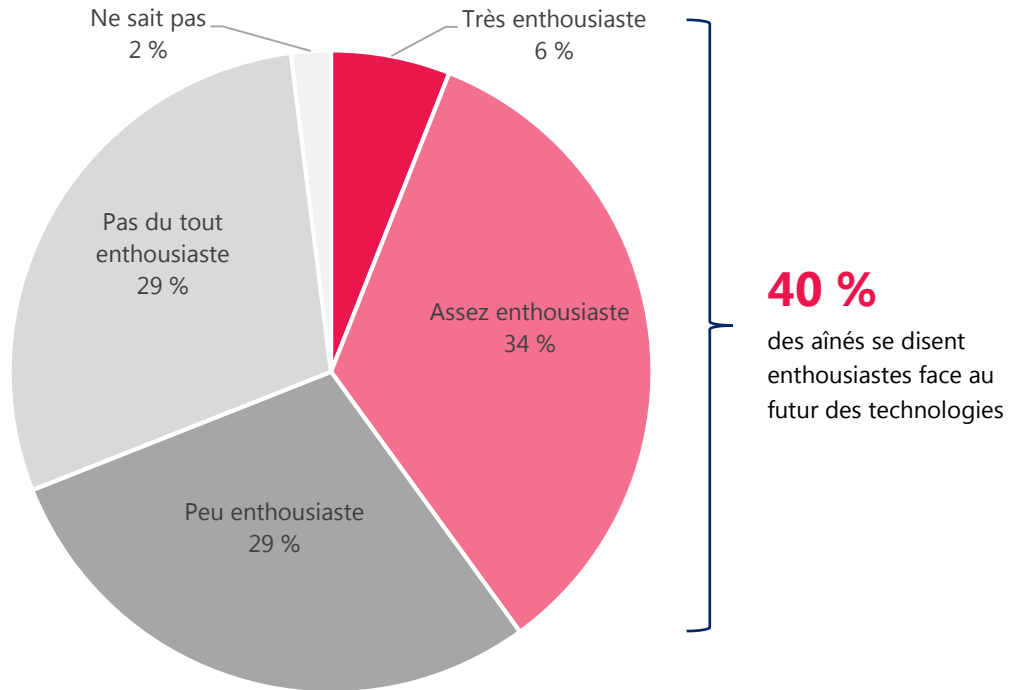
Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Les technologies facilitent l'accès à des services sociaux ou de soins de santé.	70 %	71 %	69 %	70 %	71 %	72 %	70 %	66 %	73 %	64 %
Les technologies permettent un meilleur accès aux activités de loisirs en offrant des options de consommation à distance.	57 %	59 %	56 %	61 %	51 %	57 %	65 %	60 %	54 %	57 %

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez en accord)	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Les technologies facilitent l'accès à des services sociaux ou de soins de santé.	70 %	68 %	73 %	71 %	64 %	74 %	73 %	70 %	73 %
Les technologies permettent un meilleur accès aux activités de loisirs en offrant des options de consommation à distance.	57 %	51 %	62 %	64 %	48 %	57 %	62 %	70 %	69 %

## 2.4 Des aînés enthousiastes envers l'avenir des technologies

De façon générale, une proportion non négligeable d'aînés, soit 40 %, se dit enthousiaste concernant le futur des technologies et des objets intelligents comme partie intégrante de la vie quotidienne à la maison. D'ailleurs, les hommes le sont davantage (49 %) que les femmes (31 %). Bien que le taux d'enthousiastes soit nettement plus bas que les autres générations (69 % chez les 18 à 34 ans, 59 % chez les 35 à 54 ans et 43 % chez les 55 à 64 ans<sup>5</sup>), il permet tout de même de déceler une ouverture de la part des adultes de 65 ans et plus à utiliser la technologie au quotidien dans leur foyer.

**NIVEAU D'ENTHOUSIASME ENVERS LE FUTUR DES TECHNOLOGIES ET DES OBJETS INTELLIGENTS COMME PARTIE INTÉGRANTE DE LA VIE QUOTIDIENNE DANS LE FOYER**



**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=143)**

Question : Quel est votre niveau d'enthousiasme concernant le futur des technologies et des objets intelligents comme partie intégrante de la vie quotidienne dans votre foyer?

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus
Sous-total très ou assez enthousiaste	40 %	49 %	31 %	42 %	33 %

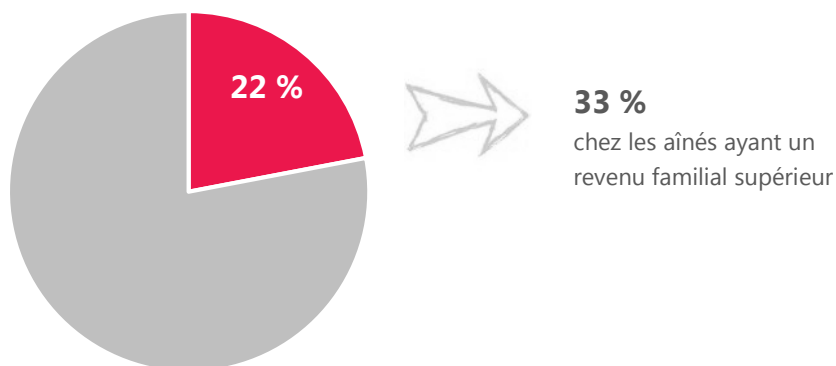
<sup>5</sup> NETendances 2018, Maison intelligente, parution prévue en octobre 2018

## 3. La technologie au service des aînés

### 3.1 Un aîné sur quatre utilise un objet ou un outil numérique pour suivre sa santé

Près d'un adulte sur quatre âgé de 65 ans et plus au Québec (22 %) utilise des objets ou des outils numériques, souvent appelés objets connectés, pour faire le suivi de sa santé, tels que le suivi de son poids, de la qualité de son sommeil, de son niveau d'activité physique ou de sa tension artérielle. Les aînés ayant un revenu familial supérieur, soit 80 000 \$ et plus, sont plus nombreux à en utiliser (33 %).

UTILISATION ACTUELLE D'OBJETS CONNECTÉS OU Outils NUMÉRIQUES POUR FAIRE LE SUIVI DE SA SANTÉ



Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)

Question : Actuellement, utilisez-vous des objets ou des outils numériques pour faire le suivi de votre santé, par exemple pour suivre votre poids, la qualité de votre sommeil, vos activités physiques, votre tension artérielle ou autre?

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Oui	22 %	23 %	20 %	20 %	24 %	21 %	20 %	24 %	19 %	23 %

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Oui	22 %	17 %	24 %	25 %	18 %	21 %	20 %	28 %	33 %

#### LA SANTÉ CONNECTÉE DES AÎNÉS CANADIENS

Une majorité de Canadiens âgés de 55 ans et plus (63 %) mesurent sur une base régulière un ou plusieurs aspects de leur santé ou de leur bien-être, comme le poids, le taux de sucre, la tension artérielle, le niveau d'activité physique, la qualité du sommeil et la performance à l'entraînement. Bien que la majorité d'entre eux utilisent des moyens dits traditionnels pour le faire, ils sont tout de même plus d'un sur trois (38 %) à utiliser des applications mobiles ou des objets connectés à cette fin.

D'ailleurs, les Canadiens sont nombreux (74 %) à connaître l'existence d'objets connectés liés à la santé ou au bien-être. Bien que les générations plus jeunes soient davantage au courant de l'existence de ces objets, c'est plus d'un adulte sur deux âgé de 65 ans et plus (56 %) qui en a déjà entendu parler. Encore peu nombreux à les utiliser (7 % des 65 ans et plus), la grande majorité qui en possède le fait sans la participation d'un professionnel de la santé. C'est ce que nous révèle l'étude sur la santé connectée publiée à l'automne 2017 par le CEFRIO en collaboration avec M. Guy Paré, titulaire de la Chaire de recherche en santé connectée à HEC Montréal.

Source : « Diffusion de la santé connectée au Canada », CEFRIO, septembre 2017

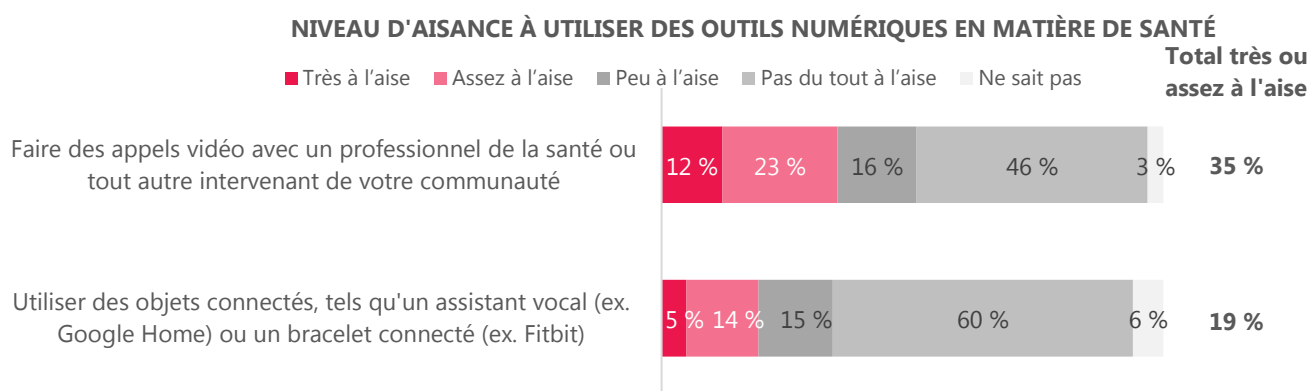


### 3.2 Plus du tiers des aînés se sentent à l'aise de faire des appels vidéo avec un intervenant de la santé ou de leur communauté

Le tiers des aînés interrogés (35 %) seraient à l'aise de faire des appels vidéo avec un professionnel de la santé ou tout autre intervenant de leur communauté. D'ailleurs, les hommes (40 % comp. à 31 % chez les femmes) et le segment plus jeune des aînés (39 % comp. à 27 % chez les 75 ans et plus) sont plus nombreux à en faire partie. C'est également le cas pour les aînés détenant un diplôme universitaire (47 %) ainsi que ceux bénéficiant d'un revenu familial de 60 000 \$ ou plus (52 % chez les 60 à 79 k\$ et 64 % chez les 80 k\$+).

Parmi les aînés, très peu (19 %) se sentent à l'aise d'utiliser des objets connectés, tels qu'un assistant vocal ou un bracelet connecté. D'ailleurs, ils sont peu nombreux à détenir ces objets (3 % ont un assistant vocal et 4 % ont un bracelet connecté<sup>6</sup>). Néanmoins, les adultes de 65 ans et plus détenant un diplôme universitaire (26 %), ainsi que ceux dont le revenu familial est de 80 000 \$ ou plus (38 %) sont plus nombreux à être à l'aise d'utiliser ces objets.

On remarque que les aînés vivant seuls sont moins nombreux à se sentir à l'aise d'utiliser l'une ou l'autre de ces technologies (15 % pour les objets connectés et 28 % pour faire des appels vidéo).



**Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)**

Question : Dans quelle mesure, seriez-vous à l'aise de...

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez à l'aise)	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
Utiliser des objets connectés	19 %	22 %	17 %	21 %	16 %	18 %	22 %	19 %	18 %	24 %
Faire des appels vidéo	35 %	40 %	31 %	39 %	27 %	33 %	39 %	35 %	35 %	38 %

Parmi les aînés québécois (sous-total très ou assez à l'aise)	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
Utiliser des objets connectés	19 %	14 %	20 %	26 %	14 %	17 %	28 %	38 %	
Faire des appels vidéo	35 %	26 %	33 %	47 %	22 %	24 %	39 %	52 %	64 %



#### UNE VISITE VIRTUELLE CHEZ VOTRE PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ

En 2018, seulement 6 % des adultes canadiens de 18 ans et plus sont en mesure de consulter un professionnel de la santé par vidéo, et la moitié d'entre eux, soit 3 % des Canadiens, l'ont fait dans la dernière année, c'est ce que nous révèle le plus récent sondage mené par Inforoute Santé du Canada. Néanmoins, l'intérêt pour ce type de service est bien présent chez les Canadiens. En effet, 41 % de ceux n'ayant pas actuellement accès à ce service aimeraient pouvoir consulter un professionnel de la santé par vidéo. Il s'agit d'une hausse de cinq points de pourcentage comparativement à 2016.

Source : « Relier les patients pour favoriser leur santé », Inforoute Santé du Canada, 2018

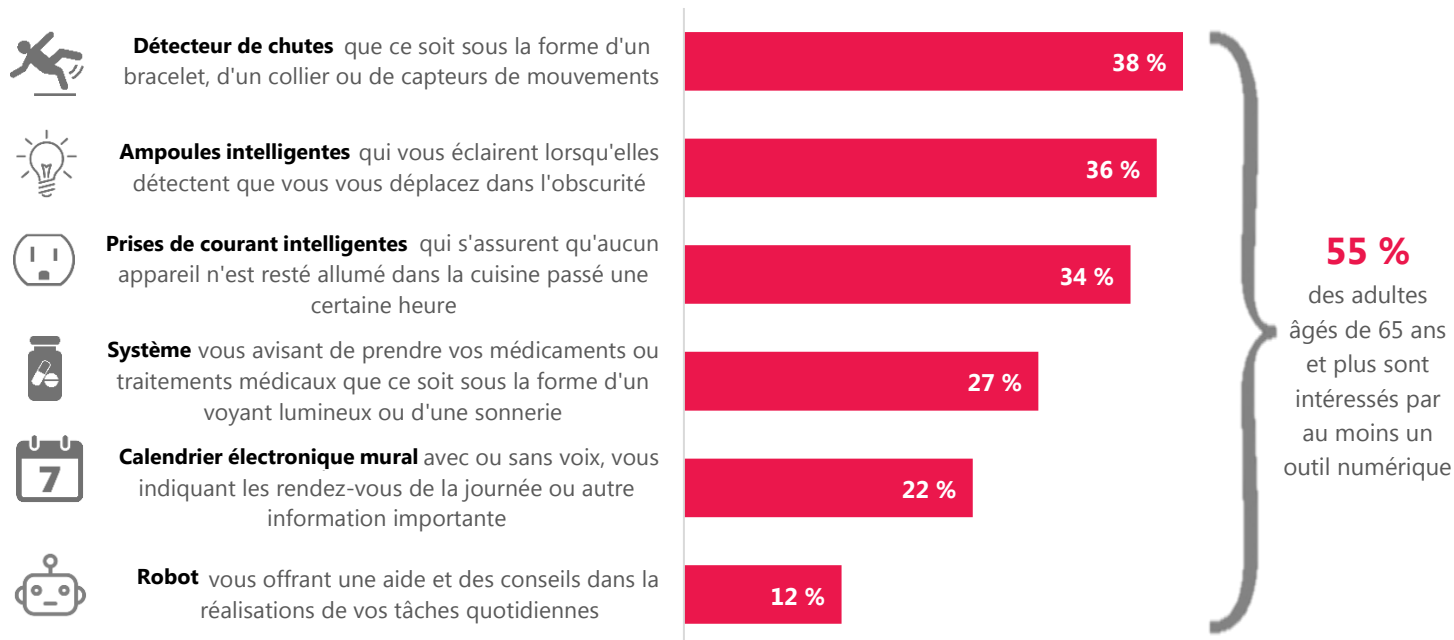
<sup>6</sup> NETendances 2018, Portrait numérique des Québécois, parution prévue en janvier 2019

### 3.3 La majorité des aînés sont intéressés par des outils numériques favorisant leur autonomie

Dans l'esprit de rester autonome le plus longtemps possible, la majorité (55 %) des adultes âgés de 65 ans et plus au Québec sont intéressés à considérer au moins un outil numérique parmi ceux figurant dans le graphique ci-bas. Les adultes âgés de 65 à 74 ans (58 %) sont plus nombreux à démontrer un intérêt pour au moins un outil, comparativement au segment plus âgé (48 %). Les diplômés universitaires (69 %) ainsi que les aînés bénéficiant d'un revenu familial supérieur (70 %) sont également plus nombreux à être parmi les intéressés.

Plus populaire auprès des femmes (43 %) que des hommes (31 %), le détecteur de chutes, sous la forme d'un bracelet, d'un collier ou de capteurs de mouvements, est d'intérêt pour 38 % des aînés québécois, se classant ainsi au sommet de la liste des outils évalués. Suivi de près par les ampoules intelligentes (36 %), qui éclairent lorsqu'elles détectent que quelqu'un se déplace dans l'obscurité, et les prises de courant intelligentes (34 %), qui s'assurent qu'aucun appareil n'est resté allumé dans la cuisine passé une certaine heure. D'ailleurs, on remarque que le segment plus jeune des aînés, les 65 à 74 ans, sont plus nombreux à considérer ces deux derniers outils comparativement aux adultes de 75 ans et plus.

#### INTÉRÊT DES AÎNÉS ENVERS DES OUTILS NUMÉRIQUES VISANT À RESTER AUTONOME LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE



Base : adultes québécois âgés de 65 ans et plus (n=749)

Question : Dans l'esprit de rester autonome le plus longtemps possible, seriez-vous intéressé à considérer les outils numériques suivants...

\*\*Les outils numériques présentés dans le graphique sont une liste sommaire, et non exhaustive, de ceux disponibles sur le marché.

#### LES PROCHES AIDANTS S'INTÉRESSENT AUX OUTILS NUMÉRIQUES POUR LES AÎNÉS



Selon une étude réalisée auprès de proches aidants aux États-Unis, près des trois quarts (71 %) sont intéressés à utiliser la technologie pour les assister dans leurs tâches et les activités associées à ce rôle. D'ailleurs, leur intérêt pour des outils numériques est plus marqué pour certaines activités, comme le renouvellement et le ramassage des ordonnances médicales (79 %), la prise et le suivi des rendez-vous médicaux (78 %), l'évaluation des besoins et des conditions de santé (78 %), la sécurité de l'aîné à la maison (78 %) et la surveillance de la prise de médication (77 %). Malgré les multiples outils actuellement disponibles sur le marché, uniquement 7 % des proches aidants en utilisent. Le manque de connaissance des outils numériques actuels est la principale raison expliquant l'écart entre l'intérêt et le taux d'adoption.

Source : *Caregivers & Technology: What they want and need, Avril 2016, AARP*

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Hommes	Femmes	65-74 ans	75 ans et plus	Montréal RMR	Québec RMR	Est du Québec	Centre du Qc	Ouest du Québec
<b>Au moins un outil numérique</b>	<b>55 %</b>	51 %	58 %	<b>58 %</b>	<b>48 %</b>	55 %	55 %	54 %	48 %	60 %
Détecteur de chute	<b>38 %</b>	<b>31 %</b>	<b>43 %</b>	39 %	36 %	37 %	44 %	46 %	34 %	38 %
Ampoules intelligentes	<b>36 %</b>	34 %	37 %	<b>40 %</b>	<b>29 %</b>	37 %	33 %	34 %	29 %	43 %
Prises de courant intelligentes	<b>34 %</b>	35 %	34 %	<b>39 %</b>	<b>26 %</b>	35 %	42 %	30 %	28 %	39 %
Système avisant de prendre médicaments ou traitements	<b>27 %</b>	27 %	28 %	<b>32 %</b>	<b>19 %</b>	28 %	29 %	26 %	<b>18 %</b>	33 %
Calendrier électronique mural	<b>22 %</b>	21 %	22 %	<b>25 %</b>	<b>16 %</b>	23 %	23 %	23 %	15 %	23 %
Robot	<b>12 %</b>	12 %	13 %	13 %	12 %	12 %	17 %	14 %	<b>3 %</b>	<b>22 %</b>

Parmi les aînés québécois	Total 2018	Prim./Secon.	Collégial	Univ.	< 20 K\$	20 à 39 K\$	40 à 59 K\$	60 à 79 K\$	80 K\$ et plus
<b>Au moins un outil numérique</b>	<b>55 %</b>	<b>43 %</b>	54 %	<b>69 %</b>	<b>42 %</b>	57 %	57 %	65 %	<b>70 %</b>
Détecteur de chute	<b>38 %</b>	<b>28 %</b>	38 %	<b>51 %</b>	<b>26 %</b>	39 %	39 %	49 %	45 %
Ampoules intelligentes	<b>36 %</b>	<b>27 %</b>	34 %	<b>48 %</b>	<b>25 %</b>	<b>32 %</b>	43 %	44 %	<b>55 %</b>
Prises de courant intelligentes	<b>34 %</b>	<b>25 %</b>	34 %	<b>48 %</b>	<b>21 %</b>	32 %	39 %	<b>53 %</b>	<b>53 %</b>
Système avisant de prendre médicaments ou traitements	<b>27 %</b>	<b>21 %</b>	27 %	<b>36 %</b>	22 %	29 %	29 %	36 %	37 %
Calendrier électronique mural	<b>22 %</b>	<b>16 %</b>	23 %	<b>28 %</b>	16 %	23 %	24 %	27 %	32 %
Robot	<b>12 %</b>	11 %	11 %	<b>16 %</b>	11 %	14 %	12 %	16 %	18 %

2018

## Thèmes des fascicules *NETendances*

# NETendances

- > **Vieillir à l'ère numérique**
- > Maison intelligente
- > Les services bancaires en ligne
- > Portrait numérique des foyers québécois
- > Médias sociaux
- > Commerce électronique au Québec
- > Services gouvernementaux en ligne
- > Mobilité
- > Profil numérique des générations
- > Profil numérique des régions

Le CEFRIO est un organisme de recherche et d'innovation, qui accompagne les organisations publiques et privées dans la transformation de leurs processus et de leurs pratiques d'affaires par l'appropriation du numérique. Membre de QuébecInnové, le CEFRIO est mandaté par le gouvernement du Québec afin d'agir comme accélérateur de la culture numérique dans les organisations. Il recherche, expérimente, enquête et fait connaître les usages du numérique dans tous les volets de la société. Son action s'appuie sur une équipe expérimentée, un réseau de plus de 90 chercheurs associés ainsi que l'engagement de plus de 250 membres. Son principal partenaire financier est le ministère de l'Économie, de la Science et de l'Innovation (MESI).

[www.cefrio.qc.ca](http://www.cefrio.qc.ca) | [info@cefrio.qc.ca](mailto:info@cefrio.qc.ca) | Twitter : @cefrio

### Québec - Siège social

888, rue Saint-Jean  
Bureau 575  
Québec (Québec) G1R 5H6

Téléphone : 418 523-3746

### Montréal

550, rue Sherbrooke Ouest  
Bureau 1770, Tour Ouest  
Montréal (Québec) H3A 1B9

Téléphone : 514 840-1245

### Réalisation



### Principal partenaire financier

