

## Loisir et vieillissement Faut-il refaire nos classes ?

Par André Thibault, directeur  
de l'Observatoire québécois du loisir

Qu'est-ce que le vieillissement de la population du Québec et quelles sont les conséquences pour la société, les gouvernements et les services publics de loisir? La compréhension du phénomène du vieillissement dans son ensemble permet d'identifier les objectifs et les stratégies des services publics de loisir en égard à la vie communautaire des personnes âgées, puis de mettre sur pied les services et les programmes requis pour atteindre ces objectifs. Il importe toutefois de bien cerner la raison d'être et la mission du loisir public et municipal avant de parler de programmes ou de services à développer ou à adapter pour une population en perte d'autonomie.

C'est à cette réflexion que le dernier numéro d'Agora Forum conviait les membres de l'AQLM. Le présent bulletin reprend l'article de fond de ce numéro signé par l'OQL.

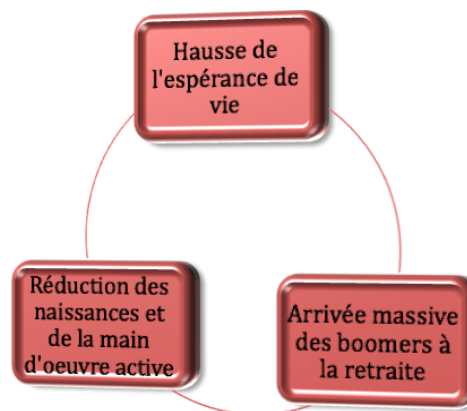
### REGARD SUR UN PHÉNOMÈNE NOUVEAU

En 2030, le Québec comptera 2 150 000 aînés, qui représenteront près de 27 % de la population.

Trois phénomènes concourent à expliquer le vieillissement de la population : le prolongement de la vie, l'arrivée massive des boomers à la retraite et la réduction générale des naissances.

La **hausse de l'espérance de vie** explique déjà la présence de plus de personnes du « quatrième » âge et sa montée dans les années à venir, la hausse des pressions sur le système de santé, ainsi que l'augmentation du nombre de personnes qui présentent des contraintes d'autonomie et souffrent de solitude. On commence à sentir le besoin d'adaptation des services actuels à ces personnes limitées, d'augmentation du nombre de lieux d'hébergement, de multiplication des services de soins à domicile, des mesures de répit pour les proches aidants, et des emplois et services qui y sont attachés. Voilà autant de changements qui interpellent la ville et le loisir public.

**L'arrivée des boomers** annonce par ailleurs un changement dans nos conceptions des personnes âgées : les boomers sont moins malades, généralement actifs physiquement et socialement, plus instruits et plus exigeants. Ils occupent plusieurs postes dans les organismes bénévoles. Bénéficiant de meilleurs régimes de retraite, ils représentent une force économique. Ils soutiennent leurs enfants dont les heures de travail ont tendance à augmenter. Bref, les boomers s'occupent de leurs petits-enfants et pensent à eux. Que se passera-t-il quand ce groupe atteindra l'âge où les pertes d'autonomie se manifesteront?



Enfin, la **réduction des naissances** annonce une pénurie de main-d'œuvre pour combler les postes des retraités et même des postes créés par l'industrie du vieillissement, le retour au travail de certains jeunes retraités et l'augmentation de l'âge de la retraite. On parle même des aînés entrepreneurs. On s'interroge sur la capacité des personnes actives de payer les coûts du vieillissement, notamment en termes de charges sociales liées à la santé et aux services sociaux.

En somme, le vieillissement est source de plusieurs changements dans l'univers des services publics de loisir :

- √ augmentation des besoins d'adaptation au nombre grandissant de personnes présentant des déficiences physiques et même cognitives et sociales puisque, entre 2011 et 2031, le nombre de 70 à 90 ans aura doublé;
- √ changement du mode d'habitation d'une portion non négligeable de la population, qui se concentre dans des lieux de résidence qui leur sont réservés et qui modifient le paysage de plusieurs quartiers, devenant des îlots de vie et de socialisation en formule «tout inclus»;
- √ arrivée d'un groupe important de personnes (les boomers) bénéficiant d'une grande quantité de temps libre, réclamant des services de loisir et formant la cohorte qui donne au bénévolat la majorité des heures (25 % des bénévoles donnent 75 % des heures); au cours des 10 prochaines années, le nombre de sexagénaires augmentera de plus de 25 % pour redescendre au niveau de 2011 en 2031;
- √ création d'une industrie du vieillissement où le loisir joue un rôle significatif pour maintenir la santé et de plus en plus pour restaurer la santé sociale et physique des personnes malades.

#### **MISSION, OBJECTIFS ET RÔLE DU LOISIR MUNICIPAL**

Historiquement, les services de loisir public se sont peu intéressés aux aînés, les enfants et les jeunes ayant davantage justifié leur existence aux yeux de la communauté et des politiciens. Tout au plus ont-ils soutenu les clubs de l'âge d'or. Aujourd'hui, il faut diversifier les soutiens accordés puisque les personnes âgées fréquentent toutes sortes de groupes et de lieux.

#### **Son environnement**

Comment les services publics de loisir peuvent-ils exercer leurs fonctions ? Pour répondre à cette

question, regardons ces deux notions centrales que sont la santé et les orientations politiques du Québec.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit la santé comme *la capacité physique, psychique et sociale d'une personne d'agir dans son milieu et d'accomplir les rôles qu'elle entend assumer, d'une manière acceptable pour elle-même et pour les groupes dont elle fait partie*. Plus précisément, l'OMS définit les déterminants sociaux de la santé comme les circonstances dans lesquelles les individus naissent, grandissent, vivent, travaillent et vieillissent, ainsi que les systèmes mis en place pour faire face à la maladie.

Du côté du gouvernement du Québec, la *Stratégie d'action en faveur des aînés*<sup>1</sup> préconise un milieu de vie amélioré et une participation encouragée. Pour l'État, il importe que les aînés bénéficient du milieu de vie qu'ils sont en droit d'attendre dans une société telle que la nôtre. Pour ce faire, le gouvernement...

- entend accroître le revenu disponible des aînés afin de garantir leur autonomie et un milieu de vie conforme à leurs souhaits;
- veut favoriser le maintien à domicile, car il s'agit de la meilleure façon d'offrir aux aînés la qualité de vie dont ils espèrent bénéficier le plus longtemps possible;
- mobilise des moyens afin d'adapter les services et les infrastructures aux besoins des aînés, besoins qui sont souvent distincts de ceux des autres générations;
- souhaite par ailleurs renforcer la place des aînés dans la société québécoise, en facilitant l'exercice de leurs droits, en leur donnant les moyens de rester en forme, en rendant plus intéressante la retraite progressive et en leur fournissant des outils pour investir dans les générations futures.

---

<sup>1</sup> Gouvernement du Québec (2007), *Stratégie d'action en faveur des aînés, Un milieu de vie amélioré, une participation encouragée*, [http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/strategie\\_action\\_faveur\\_aines.pdf](http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/strategie_action_faveur_aines.pdf), consulté le 1<sup>er</sup> novembre 2011.

### **Sa mission**

Voilà l'environnement dans lequel les services publics de loisir devront situer leur action pour accomplir la mission qui est la leur. Rappelons les éléments de cette mission, énoncés dans la dernière édition d'*Agora Forum*<sup>2</sup> :

1. favoriser une libre recherche personnelle et de groupe de satisfaction, de plaisir, de découverte et de socialisation dans un esprit ludique en offrant les conditions physiques, sociales et matérielles d'expériences de bien-être et d'harmonie avec soi, les autres et la nature;
2. offrir des lieux publics de rencontre et de construction de liens sociaux au-delà des liens fonctionnels du travail et de la diversité des collectivités;
3. offrir des occasions d'engagement social et volontaire des citoyens et d'expression du sentiment d'appartenance et de solidarité;
4. favoriser de saines habitudes de vie en lien avec la santé physique et sociale des personnes et des communautés;
5. favoriser l'accessibilité pour le plus grand nombre de personnes.

Dans le cas des aînés, les cibles les plus pertinentes sont le maintien du lien social, l'accessibilité malgré les limites, l'engagement bénévole des boomers, la qualité des lieux (notamment les sentiers de marche et les parcs, selon nos enquêtes) et des activités qui permettent de rester physiquement actif. La gouvernance des services et des associations doit inviter à la participation. Bref, les aînés, particulièrement les plus jeunes, ne sont pas des consommateurs passifs. Voilà une interprétation spécifique de la mission du loisir public à l'égard des aînés et sans doute les caractéristiques d'un service municipal de loisir « ami des aînés ».

Essentiellement, cette mission célèbre la vie plus que le vieillissement en facilitant la santé sociale et physique des personnes et en luttant contre l'isolement et la sédentarité, deux facteurs importants de perte de qualité de vie.

### **DES PISTES D'ACTION NOVATRICES POUR LE LOISIR MUNICIPAL**

Concrètement, la municipalité peut s'engager dans cette mission en exploitant plusieurs de ses leviers : en développant ou adaptant ses services, en utilisant son pouvoir de réglementation, en orientant ses partenariats avec les associations et le secteur privé, et en stimulant sa communauté à se doter de moyens et de groupes nouveaux. Nouvelle clientèle oblige, voici quelques pistes et quelques exemples qui invitent à sortir des sentiers battus.

La ville ayant une responsabilité en matière de milieu bâti et aménagé, le foisonnement de résidences pour aînés, autonomes ou non, appelle des initiatives de nature à assurer la qualité de ces milieux de vie. Le pouvoir réglementaire municipal permet d'exiger que des espaces de loisir intérieurs et extérieurs soient aménagés. Le service de loisir peut faciliter la création de comités de loisir et développer des partenariats comme il le fait déjà dans les quartiers. Notez qu'il en coûte moins cher de fournir un service d'animation sur place que de transporter et d'accueillir les gens dans les installations municipales, et que cela convient généralement mieux aux aînés. Voilà un chantier généralement inexploré. Si dans les résidences familiales classiques ce sont les familles qui créent les conditions du cocooning, dans les résidences d'aînés cette responsabilité relève souvent du propriétaire. Loisir et urbanisme ont rendez-vous.

L'accessibilité du loisir sera physique, financière et horaire. Les limites physiques et la vulnérabilité des aînés, en plus des aménagements usuels qu'elles supposent, exigent notamment que l'accessibilité de jour soit privilégiée, que les lieux permettent de faire des pauses, de s'asseoir à l'ombre ou de se réchauffer. Évidemment, les locaux scolaires généralement utilisés le soir devront être réaménagés ou remplacés.

---

<sup>2</sup> Automne 2011, p. 25.

Le monde du bénévolat en loisir aura avantage à recruter les boomers en respectant leurs caractéristiques propres, car il y a là un capital humain et social fort utile. Combien de villes ou villages ont profité des nouveaux retraités pour se donner un second souffle en développement, comme en témoignent plusieurs projets primés par le Réseau québécois des Villes et Village en santé? Par ailleurs, il faut s'assurer que nos organisations soient aussi un lieu multigénérationnel puisqu'elles servent l'ensemble de la population. Le défi consiste à assurer la collaboration des TLM (toujours les mêmes) qui ont du temps et des bénévoles intermittents qui doivent concilier travail-famille-loisir.

Enfin, la dimension économique ne peut être ignorée. Les aînés sont un atout économique. Ils permettent le développement de commerces et de services de proximité. Les aînés dépensent en restaurants, cafés, spectacles, pharmacie, appareils facilitant leur vie et, de plus en plus, en services clés en main. Ils fréquentent cinémas et salles de spectacle. Certains sont aussi des investisseurs, des mentors et des entrepreneurs. Les services de loisir et de développement économique ont rendez-vous, eux aussi, pour maximiser qualité de vie et économie.

En somme, on ne peut se contenter de faire la même chose avec des adaptations à la marge ou simplement accroître les dépenses publiques. Il faut faire différemment puisque le contexte est différent.

Et nous n'en sommes qu'au début d'un phénomène qui durera au moins 50 ans...