

# Pour une communauté bienveillante envers les personnes âgées du territoire Jeanne-Mance



## POUR QUI?

- Personnes âgées (PA), dont les plus vulnérables et isolées, résidant sur les territoires des CLSC Saint-Louis-du-Parc, des Faubourgs et Plateau-Mont-Royal
- Acteurs de différents milieux (communautaire, municipal, santé et services sociaux)

## COMMENT?

- Mobilisation des acteurs inter-réseaux
- Partage et vigie des initiatives scientifiques
- Sensibilisation et acquisition de connaissances favorisant le bien vieillir
- Conception et évaluation d'un modèle logique

## PAR QUI?

- La Direction du soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA), avec la contribution d'autres directions cliniques et administratives du CCSMTL et de nombreux partenaires de la communauté

## La contribution de la mission universitaire

- Mise à l'essai et déploiement de 3 programmes préventifs, basés sur la science, axés sur le bien vieillir.
- [Revue rapide de la littérature - Portrait des communautés bienveillantes envers les aînés](#)

### SANTÉ PHYSIQUE — Vivre en Équilibre

Programme développé par Johanne Filiatrault, erg., Ph.D., chercheuse du CRIUGM

**Vivre en Équilibre** est un programme communautaire qui vise à développer la confiance des PA en leur capacité à prévenir les chutes et à conserver une vie active. Offert par des kinésiologues de l'équipe de santé publique territoriale du CCSMTL, il a été expérimenté dans une résidence de logements abordables.

#### Les activités

- 2 séances de groupe par semaine pendant 8 semaines (16 heures)
- Complémentaire à l'offre de service actuelle au Québec en prévention des chutes
- Offert aux PA utilisant ou non une aide à la marche
- Animé par des professionnel.le.s de la santé ou des bénévoles (personnes paires âgées) ayant reçu une formation

#### Résultats

- Excellent taux de satisfaction : 93 %
- Bon taux d'assiduité aux séances : 80 %
- Bonne appréciation de l'expérience par l'équipe d'animation (matériel et organisation)
- **Pérennité du programme : 6 nouvelles cohortes de PA et étude d'implantation à plus grande échelle**

### SANTÉ COGNITIVE — Ateliers de stimulation

Programme développé par Sylvie Belleville, Ph.D., chercheuse du CRIUGM

Ce programme offre des ateliers qui visent à favoriser l'attention et la mémoire des PA afin de prévenir les déficits cognitifs, en les amenant à se familiariser avec diverses stratégies concrètes et faciles à mettre en place. Une formation « clés en main » est proposée aux intervenant.e.s afin qu'ils puissent déployer ce programme dans leur milieu.

#### Les activités

- Capsules vidéo pour la formation de l'équipe d'animation issue du milieu communautaire
- Matériel pour 8 ateliers

#### Résultats

- 82 % des personnes formées disent maîtriser le matériel d'animation et près de 100 % se sentent bien outillé.e.s
- 8 ateliers donnés avec succès dans 3 organismes pilotes : le Carrefour Marguerite-Bourgeoys, le Centre des femmes du Plateau Mont-Royal, les Tours Frontenac
- Maîtrise des stratégies pour améliorer la mémoire et l'attention des participant.e.s évaluée à 8,9/10 (contre 5,1/10 avant)
- **Pérennité du programme : matériel de formation diffusé en ligne**

### SANTÉ PSYCHOLOGIQUE — Programme VIEsÂGE

Programme développé par Sébastien Grenier, Ph.D., psychologue et chercheur du CRIUGM

**VIEsÂGE** a pour but de former et d'outiller toutes les personnes qui accompagnent les PA, que ce soit dans le milieu communautaire ou dans le réseau de la santé et des services sociaux. Il offre des conférences et une formation interactive pour aider à reconnaître les symptômes de détresse psychologique chez les PA et à intervenir de façon efficace.

#### Les activités

- 2 conférences de 1,5 heure
- Atelier interactif de 3 heures avec le chercheur – notions avancées

#### Résultats

- 130 inscriptions à chacune des conférences, dont plus de 90 partenaires communautaires et institutionnels
- Taux de satisfaction de plus de 95 %
- Participation active de 14 intervenant.e.s communautaires à l'atelier interactif
- Amélioration de l'approche et des présentations fondée sur la rétroaction des participant.e.s
- **Pérennité du programme : lancement prochain de la plateforme de formation**