

Les voies créatives du vieillissement en santé : âînés et jeunes s'entraident

Résumé

- Des chercheurs ont découvert que l'isolement social des âînés contribue à une détérioration de leur santé, notamment à une augmentation de leurs niveaux de détresse, de dépression, d'anxiété et de douleur.
- Les quartiers à faible revenu de Saint John abritent plus de 400 âînés qui vivent dans des logements subventionnés et près de 4 000 enfants qui vivent dans la pauvreté. Les responsables de ce projet ont jumelé des âînés avec des étudiants de milieux socioéconomiques défavorisés afin de réduire la solitude, d'augmenter l'estime de soi et d'améliorer le bien-être des âînés.
- Des programmes d'expression artistique ont été offerts à des âînés et à des élèves des quartiers à faible revenu prioritaires de Saint John : North End et Waterloo Village. Les activités du programme ont été choisies par les quatre animateurs du programme, et incluaient des contes modernes, des marionnettes, la confection de cartes et la rédaction de chants.
- Dix-huit âînés et 40 élèves ont participé au programme. Les données ont été mesurées uniquement auprès des âînés participants. Les élèves n'ont pas fait l'objet d'une évaluation à cause des restrictions liées à la Covid-19 et à la fermeture des écoles.

Secteur d'intervention du PPAS

Améliorer les environnements sociaux construits pour favoriser le vieillissement en santé

Dates de début et de fin du projet

De mars 2020 à mars 2023

Organisation/Agence

Âînés en marche et InterAction School of the Arts

Emplacement

Région du Grand Saint John

Chercheuses principales

[Diane O'Connor](#) et [Judy Murphy](#)

Indicateur	Effet / Extrait / Résultat	Citation
Sentiment d'appartenance et obstacles à la santé	<ul style="list-style-type: none"> • Le niveau de participation des âînés au programme a montré combien ils appréciaient le programme et l'interaction avec les élèves. Les leçons tirées du projet (ou les thèmes dégagés) comprenaient : la participation à la collaboration entre les âînés et les étudiants, l'intérêt et le degré de participation à cette collaboration, l'initiative spontanée de collaborer, l'acquisition de nouveaux renseignements dans le cadre de la collaboration, les difficultés de collaboration et l'absence de collaboration. • Les âînés ont signalé leur désir de poursuivre le programme. Ils ont indiqué que la connexion avec les jeunes leur avait manqué durant la fermeture des écoles. 	<p>« Un jour, à cause des conditions météorologiques et des restrictions liées à la Covid-19, lors des activités, les âînés sont demeurés à l'intérieur, assis sur des chaises en face d'une rangée de fenêtres et les jeunes étaient à l'extérieur. Lorsqu'il a fallu partir, un garçon a dit qu'il se sentait très triste de devoir quitter les âînés. Alors qu'il s'apprêtait à partir, il a mis ses mains sur la fenêtre. À l'intérieur, l'âîné a mis ses mains au même endroit sur la fenêtre. Puis, ils leur ont tous emboîté le pas, les âînés comme les jeunes, en rejoignant leurs mains par fenêtre interposée. »</p>

- On a administré aux aînés des sondages sur leur satisfaction à propos de leur vie et de leur niveau de solitude, de dépression et d'anxiété. À cause de la taille restreinte des échantillons, les résultats de l'analyse n'ont pas révélé de changement important sur le plan statistique concernant ces indicateurs.

Méthodes et comparaison

Les sondages servant à mesurer les niveaux d'épanouissement et de santé mentale ont été administrés aux aînés avant et après le programme. On a mené des sondages qualitatifs et quantitatifs pour mesurer les réponses des aînés aux activités. Après chaque activité, les animateurs du programme d'activités ont aussi rempli des questionnaires de suivi qualitatifs pour consigner la réaction des étudiants et des aînés aux activités.

Conclusions et leçons apprises

- Les aînés ont apprécié la connexion avec les jeunes et se sont ennuyés des élèves les jours où ils ne pouvaient pas prendre part aux activités.
- Les aînés ont indiqué qu'ils avaient vivement apprécié les activités du programme. Le pourcentage des aînés ayant indiqué qu'ils avaient apprécié les activités allait de 41 à 88 %, avec une appréciation moyenne de 74,4 %.
- Tant les jeunes que les aînés se réjouissaient de ces programmes.
- Comme il n'y avait pas eu de préparation à la COVID-19 ni à la fermeture des écoles, les responsables du projet recommandent de faire en sorte qu'à l'avenir, ce genre de programme soit outillé pour atténuer les problèmes liés à un éventuel événement critique. Aucune recommandation n'a été faite par cette équipe.
- Dans l'ensemble, les résultats quantitatifs n'ont pas affiché de changement significatif, sur le plan statistique, du niveau de satisfaction de la vie, de solitude, d'anxiété et de dépression des participants. La collecte des données auprès des aînés et des étudiants a été entravée à cause de la fermeture des écoles et des restrictions liées à la Covid-19.
- L'équipe du projet a émis l'hypothèse selon laquelle, sans le programme, les niveaux de solitude, de dépression et de satisfaction de la vie auraient été inférieurs à cause des effets de la Covid, comme l'isolement, sur les aînés.

Recommandations

Tant les aînés que les intervenants scolaires ont fortement appuyé ce projet, ce qui montre bien que les membres de la communauté de Saint John souhaitent appuyer à nouveau ce projet à l'avenir. En d'autres termes, l'appui communautaire est fort.

Étapes suivantes

Le projet a perdu son hôte, Aînés en marche, en cours de route, ce qui a perturbé sa planification à plus long terme. InterAction School of the Arts a pris la relève à mi-parcours. Les responsables de ce projet ne souhaitent pas obtenir d'autres possibilités de financement pour maintenir ou étendre le projet.

Avertissement

« Les opinions exprimées ici ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada. »

Financial contribution from



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada