



BIEN VIEILLIR AU QUÉBEC

PORTRAIT DES INÉGALITÉS ENTRE GÉNÉRATIONS
ET ENTRE PERSONNES AÎNÉES

ELMER VAN DER VLUGT
VINCENT AUDET-NADEAU

RAPPORT SYNTHÈSE



OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS
des **in**égalités

Évaluer • Éclairer • Éveiller

Basé à l'Université de Montréal, l'Observatoire québécois des inégalités est un courtier de connaissances scientifiques qui éclaire les réflexions et les prises de décision concernant les inégalités de revenu, d'opportunité et de qualité de vie

Le contenu de cette publication a été analysé, rédigé et édité par l'Observatoire.

Direction : Nicolas Zorn, *directeur général*

Analyse et rédaction : Elmer van der Vlugt, *chercheur* et Vincent Audet-Nadeau, *chercheur associé*

Édition et révision linguistique : Marie Lamarre, *conseillère en valorisation de la recherche*

Mise en page : Geneviève Joseph, *responsable des communications*

Ce projet a été réalisé grâce au soutien financier de la Fondation Mirella et Lino Saputo



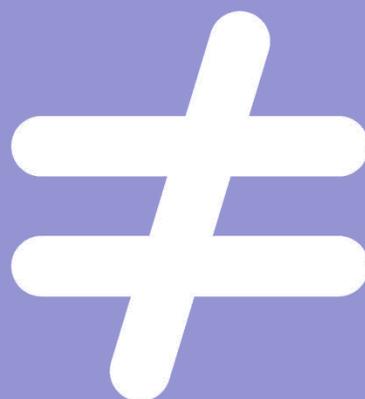
La reproduction d'extraits est autorisée à des fins non commerciales, avec mention de la source. Toute reproduction partielle doit être fidèle au texte utilisé.

Pour citer ce document :

Elmer van der Vlugt et Vincent Audet-Nadeau (2020), « Bien vieillir au Québec : Portrait des inégalités entre générations et entre personnes âgées – Rapport synthèse », Montréal, Observatoire québécois des inégalités.

Observatoire québécois des inégalités
à l'Université de Montréal
3744 Jean-Brillant, bureau 515.26
Montréal, QC
H3T 1P1

© Observatoire québécois des inégalités, 2020



Comité aviseur

Marie-Hélène Chouinard, directrice, L'Appui pour les proches aidants d'ânés Bas-Saint-Laurent
Bertrand Gignac, directeur général, Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec
Karine Leducq, organisatrice communautaire, direction du programme jeunesse et des activités de santé publique, CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal
Vincent Morel, directeur général, PAS de la rue
Caroline Sauriol, directrice générale, Les Petits Frères
Rosée Tremblay, directrice générale, FADOQ – Région île de Montréal
Isabelle Wiebe, coordonnatrice – Vieillessement actif et urbanisme, Vivre en Ville

Conseil scientifique

Marco Alberio, professeur en développement social et territoriale, département Sociétés, territoires et développement, UQAR. Titulaire de la chaire de recherche du Canada en innovation sociale et développement des territoires.
Louis Bherer, professeur titulaire, département de Médecine, Université de Montréal
Jean-Michel Cousineau, économiste et professeur, École des relations industrielles, Université de Montréal
Marie-France Dubois, professeure titulaire, Département des sciences de la santé communautaire, Faculté de médecine et des sciences de la santé, Université de Sherbrooke. Chercheure, Centre de recherche sur le vieillissement du CIUSSS-de l'Estrie-CHUS.
Martine Lagacé, professeure titulaire, Département de communication, Université d'Ottawa
Marie-Louise Leroux, professeure au département des sciences économiques, UQAM
Sébastien Lord, professeur agrégé, Faculté de l'aménagement – École d'urbanisme et d'architecture du paysage, Université de Montréal
Pier-Luc Turcotte, ergothérapeute, candidat au doctorat en santé communautaire, Centre de recherche sur le vieillissement, Université de Sherbrooke
David Risse, sociologue (Ph. D.), Réseau de recherche en santé des populations du Québec

L'Observatoire aimerait aussi remercier, pour leur collaboration, leur appui ou encore leurs conseils, les personnes suivantes :

Hélène Carboneau, professeure titulaire, Département d'études en loisir, culture et tourisme, Université du Québec à Trois-Rivières
Imane El Mahi, chargée de projets – Concertation et mobilisation, Table de concertation des aînés de l'île de Montréal
Raquel Fonseca, titulaire de la Chaire de recherche sur les enjeux économiques intergénérationnels et professeure, Département d'économie, ESG-UQAM
François Grisé, artiste multidisciplinaire. Directeur artistique, Un et un font mille
Patrick Marier, professeur au département de science politique, Université Concordia
Steeven Pedneault, accompagnateur en design social, PRÉSÂGES
Amélie Quesnel Vallée, professeure, Canada Research Chair in Policies and Health Inequalities et directrice, McGill Observatory on Health and Social Services Reforms
Ann Soden, directrice exécutive, Institut national du droit, de la politique et du vieillissement / Clinique juridique des aînés
Rose-Mary Thonney, présidente, Association québécoise des retraités des secteurs public et parapublic
Diane-Gabrielle Tremblay, professeure, Université TÉLUQ. Directrice, Alliance de recherche universités-communautés sur la gestion des âges et des temps sociaux.



Sommaire exécutif

- Partant des connaissances scientifiques les plus à jour, ce rapport multidisciplinaire et accessible présente un premier grand portrait exhaustif et à jour du vieillissement au Québec et de ses enjeux, documentant notamment les inégalités entre personnes âgées ainsi qu'entre ce groupe et le reste de la population.
- Parmi les principaux constats relevés dans ce rapport, le vieillissement gagnerait à être compris en partant des besoins spécifiques des personnes âgées et de la diversité de leurs parcours, tant pour les enjeux économiques que les problématiques qui relèvent davantage du milieu de vie ou encore du bien-être.
- Dans les prochaines décennies, les personnes âgées de 65 ans et plus constitueront une part grandissante de la population québécoise, passant de 20 % aujourd'hui à 27 % en 2050. Ce groupe est diversifié, vivant des réalités différentes et parfois plus difficiles pour les femmes, les personnes immigrantes, issues de minorités visibles et autochtones.
- Les personnes âgées font face à plusieurs inégalités en termes de **situation économique**. Avec des inégalités de revenu et de patrimoine parfois grandissantes, l'accès à une retraite pouvant être considérée comme acceptable semble avoir diminué avec les années. Les personnes âgées travaillent davantage qu'avant et parfois par nécessité plutôt que par choix, en particulier pour celles ayant un niveau d'éducation moins élevé.
- Le **milieu de vie** recèle de nombreux enjeux pour les personnes âgées, malgré des progrès importants dans certains domaines. Les logements sont souvent mal adaptés à leurs besoins et peuvent être parfois difficilement abordables, alors que le maintien à domicile gagne à être favorisé. Le transport et l'aménagement urbain ne semblent pas non plus conçus avec les besoins des personnes âgées en tête.
- Le **bien-être** des personnes âgées peut être limité par des enjeux de santé physique et mentale, mais aussi au niveau de leur vie sociale. Si l'espérance de vie continue d'augmenter, les soins de santé sont davantage axés sur le traitement plutôt que sur la prévention et les besoins sociaux des patients. La vie sociale et la santé seraient fortement interreliées, deux conditions préalables pour donner un sens à la vie après le travail.
- Le domaine de la **recherche** peut agir en bonifiant et en mettant à jour les séries statistiques existantes. Les pistes les plus prometteuses à développer sont les bases de données croisées et les recherches longitudinales, permettant de tenir compte de l'ensemble des déterminants du parcours des personnes âgées.
- Quant à eux, la **société civile** et les **gouvernements** peuvent agir en misant sur le maintien à domicile et l'adaptation des milieux de vie aux personnes âgées, ainsi que la prise en compte de leur avis dans leur trajectoire de services et dans la conception des politiques.

Table des matières

Sommaire exécutif	1
Introduction	3
Survol du vieillissement	6
Économie	10
<i>Revenu</i>	<i>11</i>
<i>Patrimoine</i>	<i>12</i>
<i>Travail et retraite</i>	<i>13</i>
Milieu de vie	14
<i>Logement</i>	<i>15</i>
<i>Transport</i>	<i>16</i>
<i>Aménagement urbain</i>	<i>17</i>
Bien-être	18
<i>Santé</i>	<i>19</i>
<i>Vie sociale</i>	<i>20</i>
Conclusion	21



Le quart de la population sera aînée d'ici 2030. Le Québec est-il prêt ?

Santé fragile, isolement social, conditions de vie difficiles, accès aux services déficient; le vieillissement – tant de la population que d'une personne – tend parfois à être associé à une certaine conception plutôt négative de cette étape de la vie. Paradoxalement, plusieurs études montrent aussi que les personnes de 65 ans et plus sont aussi parmi les plus heureuses de la population québécoise. S'ils sont fondés pour la plupart, la profusion d'avis sur le sujet montre néanmoins le besoin pour la société de se doter d'une vision plus nuancée pour bien comprendre le vieillissement, et donc l'influencer.

D'emblée, le vieillissement peut prendre plusieurs formes et il dépend d'un très grand nombre de facteurs. Ces derniers peuvent autant être propres à la personne aînée – son âge, son origine ethnoculturelle, son genre, son état de santé, sa condition économique – que son environnement, comme son milieu de vie, les services auxquels elle a accès, ainsi que les particularités de son entourage social et familial.

Le Québec compte bon nombre de centres et chaires de recherche sur le vieillissement et dispose conséquemment d'une impressionnante littérature scientifique sur des sujets variés. Il semble toutefois y avoir un besoin marqué pour une synthèse de ces connaissances qui soit récente et accessible à un public non académique. Il existe des inégalités parfois prononcées entre personnes aînées et entre ce groupe et le reste de la population. L'expérience du vieillissement mérite d'être mieux connue.

La crise de la COVID-19 révèle à quel point certaines personnes aînées – et particulièrement celles vivant en résidence ou en CHSLD – peuvent être vulnérables, tant en termes socioéconomiques que de santé. Dès le début de cette crise sanitaire, les gouvernements et la société civile ont manifesté un intérêt à améliorer les conditions de vie des personnes aînées, bien que les résultats tardent parfois à aboutir et qu'une dégradation marquée de ces conditions de vie ait été observée à plusieurs endroits. Les connaissances scientifiques gagnent à éclairer ces politiques et pratiques à venir. Le présent rapport a justement pour objectif d'offrir aux

Les connaissances scientifiques sur le vieillissement gagnent à éclairer les politiques et pratiques à venir. Le présent rapport offre justement aux parties prenantes le portrait le plus exhaustif et à jour sur le sujet

parties prenantes le portrait le plus exhaustif et à jour sur le sujet, avec un diagnostic clair des enjeux et une recension des pistes de solutions proposées par le milieu de la recherche.

C'est à la demande de la Fondation Mirella et Lino Saputo – une organisation qui œuvre à un meilleur exercice social et économique des personnes âgées, des personnes handicapées et des personnes issues de l'immigration – que l'Observatoire québécois des inégalités a produit cette synthèse des connaissances sur le vieillissement au Québec. Le rapport qui en résulte est un survol vulgarisé et divisé par thématiques, qui se concentre autour de certaines inégalités : celles qui surviennent entre différents groupes de personnes âgées, mais aussi entre les personnes âgées et le reste de la population. Il permet d'évaluer l'évolution du vieillissement au Québec et les enjeux qui y sont associés à partir de données probantes, d'éclairer les réflexions et les prises de décision sur la question et d'éveiller la société quant aux enjeux qui en émergent.

Le présent rapport est un survol vulgarisé portant sur les inégalités entre personnes âgées et entre ce groupe et le reste de la population

Le rapport se déploie en quatre chapitres. Le premier contient un **Survol** du vieillissement, nécessaire pour se plonger dans le sujet – définitions du groupe dont il est question, démographies québécoises et perceptions par rapport à ce groupe – alors que les trois suivants se penchent de manière thématique sur huit sujets. La section **Économie** explore la situation des personnes âgées quant à leur revenu, à leur patrimoine, ainsi qu'à leur rapport au travail et à la retraite. La section **Milieu de vie** s'intéresse quant à elle au logement, au transport et à l'aménagement urbain qui définit les environnements dans lesquels vivent les personnes âgées. La section **Bien-être** porte finalement sur les questions de santé et de vie sociale entourant la situation des personnes âgées.

Les deux auteurs de ce rapport ont recensé près de deux cent cinquante articles et ouvrages, ainsi qu'une quarantaine de bases de données. La sélection des sources s'est concentrée sur les études les plus récentes et pertinentes, avec une préférence pour celles qui permettent d'analyser la situation au Québec. Parmi les plus éclairantes, soulignons l'Étude longitudinale canadienne sur le vieillissement et les séries de données qui en découlent, les analyses de Statistique Canada et de l'Institut de la statistique du Québec, les données de la Société canadienne d'habitation et de logement et de la Société d'assurance automobile du Québec, ainsi que quelques ouvrages collectifs récents qui ont pour sujet une ou plusieurs des thématiques de ce rapport. Finalement, cette vaste entreprise de recension a permis d'identifier des sujets et des méthodes qui pourraient compléter le présent portrait. Ce rapport recèle donc aussi de pistes qui pourraient faire l'objet d'études, de projets de recherche, d'initiatives du milieu ou encore de financement.

Pour appuyer sa démarche de recherche, l'Observatoire a été accompagné par un comité aviseur et un conseil scientifique, formés respectivement de responsables d'organisations du milieu et de personnes expertes en matière de vieillissement. Ensemble, les membres des deux comités ont participé à l'orientation thématique du rapport et ont contribué à mettre en lumière des aspects moins bien connus du vieillissement, dont la situation de certains groupes particulièrement vulnérables qui sont généralement ignorés de la littérature. Des données inédites en provenance de Statistique Canada ont également été recueillies et analysées par l'Observatoire, ce qui a permis d'élaborer un portrait beaucoup plus nuancé de la situation québécoise, en particulier pour les aspects économiques du vieillissement.

Au fil des pages, les lectrices et les lecteurs remarqueront que les différents facteurs qui influencent les conditions de vie des personnes âgées entretiennent de forts liens de dépendance entre eux. Par exemple, si les moyens financiers dont une personne âgée dispose sont limités, cela affectera sa capacité à s'offrir un logement adapté à ses besoins, ou encore la forcera à s'éloigner de son noyau social ce qui, dans les deux cas, peut avoir de graves répercussions sur son état santé. Ces liens de causalité peuvent se lire dans les deux sens : les facteurs étant parfois interdépendants, ils se renforcent mutuellement.

En somme, ce rapport démontre que le vieillissement comporte son lot d'obstacles, touchant bon nombre de personnes au Québec. Il révèle aussi que les inégalités vécues au cours d'une vie ont de fortes chances de se répercuter dans le grand âge. Néanmoins, ce rapport rappelle aussi que le vieillissement au Québec est, pour la vaste majorité des personnes, une expérience enrichissante et que les initiatives des gouvernements et organismes sont indissociables de la qualité de cette expérience.

Au fil des pages, les lectrices et lecteurs remarqueront que les différents facteurs qui influencent les conditions de vie propre aux personnes âgées entretiennent de forts liens de dépendance entre eux et que les inégalités vécues au cours d'une vie ont de fortes chances de se répercuter dans le grand âge



Survol du vieillessement

Vieillesse : un survol

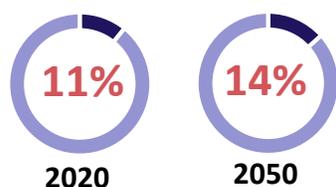
Prévisions démographiques

Selon l'Institut de la statistique du Québec, le nombre de personnes âgées de 65 ans et plus au Québec passera de **1,7 million** en 2020 à **2,6 millions** en 2050, soit une augmentation de **53 %**.

Figure 1. Part des hommes aînés dans la population



Figure 2. Part des femmes aînées dans la population



Les personnes aînées formeront une part grandissante de la population québécoise

La figure ci-dessous illustre trois scénarios : le scénario de référence, qui se veut un scénario de base, et deux scénarios selon des hypothèses différentes, soit l'hypothèse d'un vieillissement de la population plus prononcé (vieillissement accentué) et l'hypothèse d'un vieillissement qui l'est moins (vieillissement atténué). Pour les 65 à 84 ans, les trois scénarios prévoient que le moment le plus prononcé la croissance surviendra entre 2016 et 2030. Après 2030, ce groupe d'âge maintient sa taille relative autour de 23 % ou en reperd avec le temps. En ce qui concerne les 85 ans et plus, la croissance se fait plus lentement, puisqu'il leur faut plus d'années avant d'arriver à 85 ans. Selon le scénario, ce groupe atteindrait entre 5 % et 10 % de l'ensemble de la population.

Figure 3. Part de la population aînée au Québec, 2016-2066

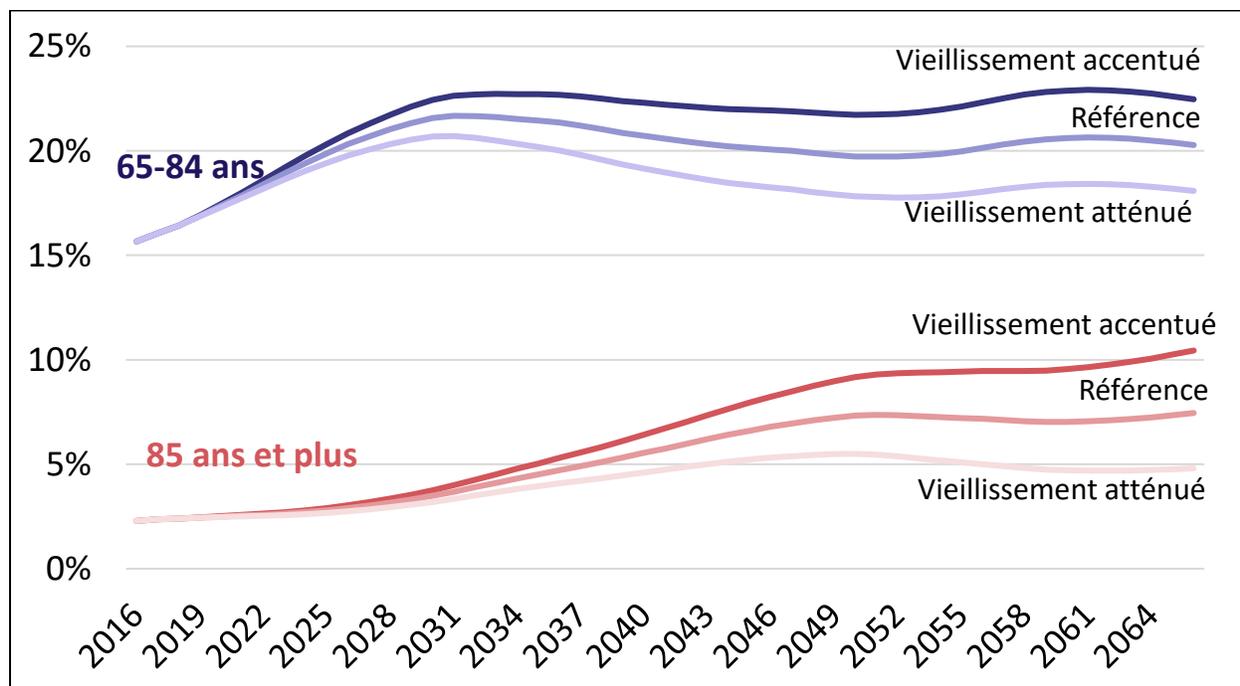


Tableau 1. Part de la population âgée de 65 ans et plus, le Québec et des pays sélectionnés, 2020 et 2050

Pays	2020	2050
<i>Japon</i>	28 %	38 %
<i>Italie</i>	23 %	36 %
<i>France</i>	21 %	28 %
Québec	20 %	27 %
<i>Royaume-Uni</i>	19 %	25 %
<i>Canada</i>	18 %	25 %
<i>Suède</i>	20 %	25 %
<i>Australie</i>	16 %	23 %
<i>États-Unis</i>	17 %	22 %
<i>Population mondiale</i>	9 %	16 %

Sources : Institut de la statistique du Québec (2019) *Perspectives démographiques du Québec et des régions, 2016-2066*; Organisation des Nations Unies, Département des affaires économiques et sociales, Division de population, 2019, données personnalisées. [\[En ligne\]](#).

En 2050, la part de la population âgée au Québec atteindra 27 %, comparativement à 16 % pour la population mondiale

20 000

C'est le nombre de personnes âgées qui s'identifiaient comme **Autochtones** en 2016 au Québec. Ce nombre représente **14 %** de toute la population autochtone et **1,5 %** de toute la population âgée du Québec.

69 000

C'est le nombre de personnes âgées qui disait appartenir à une minorité visible en 2016 au Québec. Ce nombre représente **7 %** de toute la population s'identifiant comme faisant partie d'une minorité visible et **5 %** de toute la population âgée du Québec.

Répartition selon la région

Si certaines régions rurales font face à un vieillissement élevé au sein de leur population, les régions les plus densément peuplées accueillent toujours le plus grand nombre de personnes âgées au Québec. Ainsi, les enjeux liés au vieillissement de la population sont présents à travers la province, mais se manifestent de différentes manières selon la région administrative.

Tableau 2. Répartition des personnes âgées selon la région administrative au Québec, 2019

	<i>Pourcentage des personnes âgées de 65 ans et plus habitant la région administrative</i>	<i>Nombre absolu de personnes âgées de 65 ans et plus habitant la région administrative</i>
<i>Montréal</i>	21%	336 600
<i>Montérégie</i>	19%	302 500
<i>Capitale-Nationale</i>	10%	159 800
<i>Laurentides</i>	7%	117 400
<i>Lanaudière</i>	6%	95 600
<i>Chaudière-Appalaches</i>	6%	93 900
<i>Laval</i>	5%	77 500
<i>Estrie</i>	4%	73 000
<i>Mauricie</i>	4%	68 400
<i>Outaouais</i>	4%	65 400
<i>Saguenay–Lac-Saint-Jean</i>	4%	63 500
<i>Centre-du-Québec</i>	3%	55 000
<i>Bas-Saint-Laurent</i>	3%	51 100
<i>Abitibi-Témiscamingue</i>	2%	28 400
<i>Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine</i>	2%	24 900
<i>Côte-Nord</i>	1%	17 800
<i>Nord-du-Québec</i>	0,2%	3 800

Source : Institut de la statistique du Québec (2020). *Estimations de la population des régions administratives selon le groupe d'âge et le sexe, âge médian et âge moyen, Québec, 1996 à 2019.*

Les personnes âgées habitent majoritairement Montréal et la Montérégie, mais elles se trouvent en plus grande proportion dans les milieux ruraux





Économie

Revenu

Composé principalement de rentes, d'épargnes et de prestations – le niveau de revenu des personnes âgées résulte directement de leur parcours de vie. Autrement dit, un faible revenu de retraite découle souvent des désavantages et malchances vécus précédemment. Par exemple, le salaire modeste d'une personne pendant sa vie active restreint ses capacités de cotisations et d'épargnes, ce qui a pour effet de limiter son revenu de retraite.

Ainsi, c'est sans surprise que les groupes d'aînés qui ont généralement des salaires moins élevés – comme les femmes et les personnes qui appartiennent à une minorité visible – sont aussi ceux dont les revenus de retraite sont moins élevés. C'est pourquoi ces groupes sont plus susceptibles de se trouver en situation de faible revenu après l'âge de 65 ans. Si de grandes inégalités en matière de revenu sont observées entre personnes âgées au Québec, les impôts et transferts gouvernementaux ont néanmoins pour effet de substantiellement les réduire.

Faits saillants

- L'éducation est un déterminant important du niveau de revenu d'une personne, et ce, même à la retraite. Le revenu des personnes âgées détentrices d'un diplôme universitaire est environ du double de celles sans diplôme ou seulement détentrices d'un diplôme d'études secondaires
- Les femmes âgées appartenant à une minorité visible forment un des groupes les plus défavorisés en termes de revenu médian, une dynamique possiblement attribuable à des écarts de revenus de retraite privés et de prestations du Régime de rentes du Québec plus faibles
- Le revenu des personnes âgées n'a pas suivi la croissance des revenus de travail des deux dernières décennies. En 2017, le revenu médian des personnes âgées s'élevait à près de 24 000 \$, alors qu'il était de 33 000 \$ chez les 16 à 64 ans
- De fortes inégalités économiques sont observables entre la population générale et la population âgée : la moitié des personnes âgées vit avec moins de 26 000 \$ par année, alors que c'est le cas pour seulement 40 % de la population dans son ensemble
- Dans l'ensemble les inégalités entre ménages âgés sont beaucoup plus importantes que celles entre ménages de la population active (16 à 64 ans)
- Grâce aux impôts et transferts, la redistribution effectuée par les gouvernements réduit de moitié les inégalités entre ménages mieux nantis et moins nantis âgés

Patrimoine

Le patrimoine financier d'une personne est la somme de tout ce qu'elle possède et qui a une valeur financière. Ces actifs peuvent donc inclure l'épargne, une voiture, un bien immobilier tel qu'un domicile, ou encore des sommes détenues dans un régime de retraite. Ainsi, le patrimoine est le domaine où les inégalités économiques se cumulent le plus visiblement, avec des implications majeures pour ceux et celles qui se retrouvent désavantagés, notamment les ménages ayant accumulé des dettes. Le patrimoine net prend donc en compte à la fois les actifs et les dettes. Bien qu'il puisse être inégalement réparti, le Québec et le Canada se sont dotés de programmes favorisant l'épargne pour l'ensemble de la population, tels que les CELI et les REER, ce dernier étant spécifique à la retraite.

Faits saillants

- De grandes inégalités de richesse entre personnes âgées persistent : le 20 % des plus riches détiennent près des deux-tiers de l'ensemble du patrimoine détenu par les ménages âgés
- Avec la résidence principale, les véhicules d'épargne les plus populaires sont les CELI, les REER et les régimes de pension d'employeur
- Les CELI sont populaires à tous les niveaux de revenu, les REER et les régimes de pensions d'employeur sont davantage utilisés par la classe moyenne et encore plus par les mieux nantis
- Certains facteurs touchant davantage les femmes influencent négativement leur capacité d'épargne, tels que le congé parental, la possibilité de cotiser à un REER et le niveau de littératie financière
- 40 % des ménages âgés ont des dettes, une tendance à la hausse au Québec et au Canada
- 20 % des ménages âgés endettés au Canada ont des dettes représentant au moins deux fois leur revenu annuel

Travail et retraite

Avec un nombre grandissant de retours sur le marché du travail après avoir entamé sa retraite ou de maintiens en emploi à temps partiel une fois les 65 ans atteints, la frontière démarquant la carrière de la retraite est de moins en moins nette. Ainsi, une part toujours plus importante des personnes âgées travaille, dans la plupart des tranches d'âge qui la compose. Certaines le font par obligation financière, d'autres le font par choix. Dans les deux cas, elles ne sont pas à l'abri de certains réflexes et préjugés âgistes, qui nuisent à leur satisfaction et leur maintien au travail.

La retraite connaît elle aussi des transformations profondes. Certains événements vécus au travail ou dans la sphère privée peuvent faire avancer ou repousser la retraite. L'accès à la retraite – c'est-à-dire la capacité de prendre sa retraite en maintenant un niveau de vie similaire – semble avoir diminué depuis les années 1990. Sans surprise, l'âge auquel les personnes âgées entament leur retraite continue d'augmenter sur la même période.

Faits saillants

- Entre 2000 et 2018, la proportion des personnes âgées sur le marché du travail a triplé
- Plus une personne âgée est éduquée, plus son niveau de revenu et sa santé seraient élevés, et plus elle est susceptible de rester sur le marché du travail, amplifiant les inégalités économiques entre personnes âgées
- Le fait de travailler par choix varie selon l'âge, le niveau d'éducation, la région et l'industrie
- L'âgisme – ces préjugés en fonction de l'âge – est un facteur important pouvant nuire à la satisfaction et au maintien au travail des personnes âgées
- L'âge moyen du départ à la retraite est en constante hausse depuis la Grande récession de 2008
- Les femmes prennent davantage leur retraite tôt pour pouvoir venir en aide à un proche, au détriment du patrimoine requis pour maintenir un niveau de vie acceptable
- Il y a des inégalités marquées entre les différents niveaux de scolarisation, de revenu et d'espérance de vie : les personnes peu scolarisées peuvent s'attendre à une retraite de moins de 18 ans, contre 21 ans pour celles détenant un diplôme d'études postsecondaires

Milieu de vie



Logement

Le chez-soi, c'est bien plus que le toit qu'une personne a sur la tête. C'est en particulier vrai pour les personnes âgées, qui y passent souvent de 80 à 90 % de leur temps. La perspective de devoir quitter ce lieu peut donc devenir source d'instabilité et d'inquiétude. Plusieurs d'entre elles ont un désir de « rester chez soi jusqu'au bout », un choix délibéré où les risques sont entièrement assumés. À l'image de cette préoccupation, la première politique gouvernementale sur le vieillissement – *Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec* – s'articulait autour de l'objectif de permettre aux personnes âgées de se sentir bien chez elles, quel que soit leur lieu de résidence.

Faits saillants

- Les personnes âgées vivent très majoritairement dans des domiciles privés, dont ils sont soit propriétaires, soit locataires
- À partir de 75 ans, les ménages âgés sont proportionnellement plus nombreux que le reste de la population à consacrer au-delà de 30 % de leur revenu total avant impôt pour se loger, seuil au-delà duquel un logement est considéré comme étant inabordable
- Les normes gouvernementales imposées aux résidences privées pour âgés sont susceptibles d'inciter celles-ci à limiter l'admission des personnes difficiles à déplacer en cas d'évacuation, ou à se destiner exclusivement à une clientèle autonome
- L'attente pour une place dans un centre d'hébergement de soins longue durée (CHSLD) est d'environ 10 mois, mais elle varie grandement en fonction de la région. Près de 3 200 personnes seraient actuellement en attente d'une place dans ce type de résidence.
- Les seuils employés pour ajuster la tarification des CHSLD en fonction des revenus des personnes qui y résident ont été déterminés en 1983 et n'ont pas été indexés au coût de la vie depuis, ce qui a pour conséquence d'exclure un nombre grandissant de ménages âgés dont le patrimoine est plus modeste.

Transport

La possibilité de se déplacer de manière autonome est un gage de liberté. Pour les personnes âgées, l'accès au transport et la capacité de se déplacer sont donc des facteurs incontournables du vieillir chez soi, au même titre que le logement et les services de santé. Connaître les façons dont les personnes âgées se déplacent aujourd'hui – incluant ce qu'elles apprécient comme ce qui les désincite à se déplacer – est donc une condition préalable à l'amélioration de leur bien-être.

Faits saillants

- Comme pour les autres groupes d'âge, la voiture est le mode de transport dominant chez les personnes âgées
- Les choix d'urbanisme des dernières décennies encouragent l'utilisation de la voiture et découragent la marche, alors que plusieurs personnes âgées, en vieillissant, sont confrontées à leur éventuelle incapacité de conduire
- Les personnes de 65 ans et plus sont sous-représentées dans les accidents de la route, n'étant impliquées que dans 12 % des accidents avec dommages corporels, alors qu'elles représentent près du double des personnes détentrices d'un permis
- La distraction au volant affecte davantage les personnes âgées et s'accroît avec l'âge, atteignant près de la moitié des accidents avec dommage corporel chez les personnes de 90 ans et plus, contre un peu plus du quart pour les 45-54 ans
- À Montréal seulement, 23 000 demandes d'accompagnement-transport pour motifs médicaux ont été reçues par les organismes communautaires. Près de 10 % des demandes ne furent pas acceptées ou répondues.

Aménagement urbain

Si le logement ou le transport peuvent être pensés en termes à la fois collectifs et individuels, la manière dont s'organisent physiquement les communautés se fait d'abord *avec les autres*, à travers des lois, des règlements et des conventions qui sont partagées entre les générations. Balisé par des choix qui reflètent des valeurs et des intérêts spécifiques, l'aménagement urbain constitue la trame de fond sur laquelle se posent le transport et le logement.

Si la toute première politique provinciale du vieillissement souhaite faire du maintien des personnes âgées dans leur milieu de vie le noyau de son modèle, l'aménagement urbain en sera une composante essentielle. Comment le Québec – ses villes, ses villages, ses quartiers, ses centres-villes, ses parcs, ses routes et ses transports en commun – peut-il mieux répondre aux besoins de sécurité et de confort d'une population dont la part de personnes âgées est de plus en plus grande ?

Faits saillants

- Au début des années 1980, les personnes âgées se trouvaient davantage concentrées dans les quartiers centraux de grandes villes. Cette concentration s'est amoindrie avec le temps, au profit des banlieues
- Au Québec, la proportion de personnes âgées est de plus de 16 % dans les régions métropolitaines, et monte à plus de 20 % à certains endroits
- La proportion plus accrue de personnes âgées hors régions métropolitaines – qui réfère au « Québec des régions » – est une tendance qui pourrait s'amplifier au cours des prochaines années
- Un des obstacles à l'adaptation des banlieues et des zones périurbaines aux réalités du vieillissement est l'interdiction par certaines municipalités d'établir des services et des commerces de proximité dans les quartiers
- La recherche souligne l'importance de concevoir les habitations pour qu'elles puissent loger les personnes à chaque étape de leur vie, plutôt que pour une période spécifique
- Les effets de la gentrification seraient néfastes pour les classes populaires habitant les quartiers gentrifiés, notamment pour celles qui sont plus âgées

A group of four elderly people are sitting around a white wicker table, playing a card game. They are all smiling and looking at their cards. The table is covered with a white wicker cloth and has several cards scattered on it. The background shows a window with a view of greenery. The text "Bien-être" is overlaid in the center of the image.

Bien-être

Santé

Sans surprise, la santé est l'un des premiers enjeux associés au vieillissement de la population. Vivre pleinement sa retraite en bonne santé est un objectif largement partagé et la peur d'être frappée d'une maladie est une préoccupation marquante pour les personnes âgées. La santé physique n'est toutefois qu'un seul des éléments à considérer. Par exemple, la Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé énonce, par exemple, les aspects sociaux, économiques et environnementaux doivent aussi être considérés comme déterminants incontournables.

C'est en somme un concept positif qui met en valeur les ressources sociales et individuelles tout autant que les capacités physiques. Quant à elle, l'Organisation mondiale de la santé soutient que « la santé est un état de bien-être physique, mental et social complet et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». La nature sociale du bien-être est donc un aspect important de cette définition, bien que parfois négligé dans l'approche du réseau de la santé, qui privilégie davantage le curatif que la prévention.

Faits saillants

- L'espérance de vie en bonne santé favorise les femmes, mais c'est entre les différentes classes de revenus que l'ampleur des inégalités se manifeste le plus fortement
- Au Québec, près de la moitié des dépenses du système de santé sont consacrées aux personnes de 65 ans et plus
- Devant l'insatisfaction que provoque un système de santé québécois essentiellement axé autour du traitement des maladies, la littérature scientifique suggère plutôt d'élargir la compréhension que la société a des soins de santé en intégrant la perspective des patients et des personnes qui les soutiennent
- Le nombre d'hospitalisations pour les chutes chez les personnes âgées affecte davantage les femmes que les hommes. Au Québec, plus de 6 000 personnes de 85 ans et plus sont hospitalisées annuellement pour une chute, soit quatre fois plus qu'il y a trente ans

Vie sociale

La participation sociale des personnes âgées contribue significativement au vieillissement actif et en santé. Elle est associée à la réduction de la mortalité et des maladies, à une amélioration de leur qualité de vie, ainsi qu'à une augmentation de leur autonomie fonctionnelle, c'est-à-dire la capacité de prendre soin de soi. La participation sociale leur permet également de mieux s'intégrer à leur communauté, en plus d'y contribuer et de l'influencer.

Plus les personnes âgées pratiquent des activités sociales, plus elles évaluent leur santé de manière positive, et moins elles risquent d'éprouver de la solitude ou de l'insatisfaction face à la vie. Ces constats rappellent l'importance d'identifier les personnes qui sont isolées sur le plan social et d'intervenir pour en contrer les effets négatifs, qui se répercutent de différentes manières.

Faits saillants

- Plus du tiers des hommes québécois âgés de 75 ans et plus disent n'avoir aucun ami proche
- Le taux de branchement à Internet des 65 ans et plus est passé de 60 % à plus de 74 % lors des cinq dernières années
- Chez les personnes âgées qui ont un revenu inférieur à 20 000 \$, le taux de branchement à Internet est de 31 points de pourcentage sous la moyenne
- Au Québec, 85 % des soins prodigués aux personnes âgées sont assurés par des proches aidants
- Au Canada, la maltraitance affecte près de 10 % des personnes de 55 ans et plus dont les capacités cognitives sont intactes

Conclusion

L'amélioration des conditions de vie des personnes âgées du Québec est un objectif qui guide bon nombre d'organismes, de fondations, mais aussi de gouvernements. Les meilleures actions en la matière sont souvent celles qui ciblent avec précision les besoins les plus pressants, ou encore celles qui touchent le plus grand nombre. La situation des personnes âgées et les obstacles auxquelles elles font face gagnent donc à faire l'objet d'études soutenues, multidisciplinaires et accessibles. Alors que la politique nationale sur le vieillissement du gouvernement du Québec – *Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté* – arrivera à son terme en 2023, le moment semble opportun pour poursuivre des réflexions de fond sur la manière dont le Québec devrait se positionner.

Le vieillissement de la population et les défis imposés par ces changements démographiques constituent un objet de recherche ambitieux et complexe. Les résultats de bon nombre d'études – rassemblées ici en un portrait général et panquébécois – sont donc essentiels à la bonne compréhension des enjeux qui touche la population âgée. Lorsqu'elles sont accessibles et bien connues, ces connaissances scientifiques favorisent l'adoption de politiques et d'initiatives pouvant réduire les inégalités qui minent les conditions de vie des personnes âgées. Chacune des sections de ce rapport rassemble les connaissances scientifiques les plus pertinentes et les plus à jour. Les prochains paragraphes en présenteront les principaux constats.

Lorsqu'elles sont accessibles et bien connues, ces connaissances scientifiques favorisent l'adoption de politiques et d'initiatives pouvant réduire les inégalités qui minent les conditions de vie des personnes âgées

Économie

Les aspects économiques du vieillissement – présentés dans les sections Revenu, Patrimoine, Travail et retraite – rappellent comment la qualité de vie des personnes âgées au Québec peut être affectée par des inégalités de nature financière. Le cumul des inégalités au long d'une vie tend à amplifier les effets néfastes chez les personnes âgées. En effet, l'accès à bon nombre de services peut d'ailleurs dépendre de leur situation financière. De plus, ce rapport montre que l'endettement des ménages est en hausse et que sans la constitution d'un patrimoine suffisant, l'insécurité financière sera probable.

En réponse à ces enjeux, le Québec et le Canada se sont dotés de politiques visant à réduire ces écarts économiques. Des inégalités importantes persistent malgré tout, notamment pour les femmes et les personnes âgées issues de groupes ethnoculturels minorisés.

Économie – Pratiques à privilégier :

- Bonification des prestations aux personnes âgées
- Amélioration de la littératie financière pour ce groupe
- Évaluation et amélioration des politiques incitant le maintien ou le retour au travail

Milieu de vie

Parmi les principaux constats relevant du milieu de vie – présentés dans les sections Logement, Transport et Aménagement urbain – les besoins des personnes âgées peuvent souvent concorder avec ceux des autres générations. Plutôt que d’adopter une approche par population, les pratiques gagneraient à être multimodales, c’est-à-dire adaptées pour les besoins de l’ensemble des générations. Le coût parfois prohibitif des changements apportés à la trame urbaine et au parc immobilier gagnerait donc à être réfléchi dans cette perspective, économisant des sommes importantes en termes d’investissements publics et privés, en plus d’accroître la légitimité des mesures adoptées.

Ainsi, les différentes générations qui composent une société n’ont pas des besoins opposés les unes aux autres. La sécurisation d’un parcours piéton est un bon exemple d’initiative qui, si elle est d’abord réfléchie pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées, peut aussi servir au plus grand nombre, à commencer par les personnes à mobilité réduite et les familles. Non seulement ce type d’approche peut profiter à tout le monde, mais les projets eux-mêmes deviennent fédérateurs, favorisant la cohésion sociale et l’engagement citoyen. C’est pourquoi le milieu de vie comporte le plus grand potentiel de développement durable inclusif.

Milieu de vie – Pratiques à privilégier

- Adoption de la vision Zéro – la politique visant à éliminer les accidents piétonniers – à l’ensemble du Québec
- Conception durable et participative de l’habitation, de l’urbanisme et de la planification du transport, afin de répondre aux besoins des personnes à chaque étape de leur vie

Bien-être

Les sections thématiques Santé et Vie sociale – présentées dans le chapitre Bien-être du rapport – entretiennent un fort lien de dépendance entre eux. Par exemple, une personne isolée ou éprouvant de la solitude est plus à risque de développer des problèmes de santé, et vice-versa. Un problème de santé ou même un accident en apparence banal peut également engendrer de l’isolement. Dans les deux cas, il semblerait que le cercle vicieux soit très difficile à rompre avec les façons de faire actuelles.

Pourtant, la façon dont le Québec aborde souvent les questions de santé des personnes âgées est, de l'avis de plusieurs personnes consultées, trop centrée sur la santé physique. Le présent rapport montre ainsi comment certains des efforts menés en recherche et dans les milieux pratiques peuvent bénéficier d'une perspective multidisciplinaire, qui se base sur les besoins de ces personnes et qui valorise la participation sociale.

Bien-être – Pratiques à privilégier

- Valorisation des préceptes de la gérontologie, qui envisage le bien-être des personnes âgées à la fois en termes biologiques, sociaux, psychologiques et économiques.
- Prise en compte de la participation sociale comme un déterminant incontournable du bien-être des personnes

Allier recherche et pratiques

Le présent rapport est aussi un appel à la collaboration et la concertation, puisqu'il identifie les sujets qui bénéficieraient de l'attention de l'ensemble des parties prenantes, tant en recherche qu'en intervention. L'avancement des connaissances en matière de vieillissement et de conditions de vie demeure essentiel à la bonne compréhension des enjeux et à l'adoption des meilleures pratiques. L'inverse est aussi vrai : les milieux pratiques récoltent en temps réel bon nombre de connaissances et d'apprentissages nécessaires à l'avancement de la recherche, tant du point de vue des problèmes rencontrés que des méthodes d'intervention les plus prometteuses.

De cet appel à la recherche ont émergé différentes pistes. De manière générale, les idées proposées évoluent autour de trois priorités :

- La nécessité de procéder à la **mise à jour des portraits statistiques**, en particulier ceux portant sur l'âge de la retraite par province et les enquêtes sur la sécurité financière
- La nécessité de bâtir et de rendre disponibles des **bases de données croisées**, afin de tenir compte de l'ensemble des facteurs et de générer des analyses qui permettent de tirer des résultats différenciés selon le sexe, l'origine ethnoculturelle, l'âge, la région, le revenu, le type d'habitation, l'occupation, le niveau de scolarisation, et ainsi de suite
- La pertinence des **recherches se basant sur le cycle de vie**, c'est-à-dire des études longitudinales dont l'échantillon couvre un grand éventail de groupes d'âge pour analyser les parcours de vie des personnes et des facteurs qui influencent les points tournants de leur vie

L'appel à l'intervention rappelle quant à lui que la perspective et les priorités privilégiées ces dernières années par les gouvernements comportent des limitations importantes, qu'une crise comme celle de la COVID-19 a accéléré et amplifié. Parmi les actions en ce sens, notons :

- La nécessité de se doter d'un plan qui place les **soins à domicile** au cœur de la stratégie du vieillir chez-soi
- La nécessité de former les personnes intervenant auprès des personnes âgées au regard de la **pluralité des parcours**. Cette perspective mieux adaptée aux réalités des personnes âgées minorisées comprend notamment le profil ethnoculturel, l'identité de genre, la marginalisation et les problèmes de dépendance
- Le potentiel des **nouvelles technologies** pour accroître l'accessibilité et l'efficacité de certains services

Envisager l'avenir

Au Québec comme ailleurs dans le monde, le vieillissement de la population transformera la société québécoise à plusieurs égards. Pour améliorer les conditions de vie des personnes âgées et diminuer les écarts entre elles et entre générations, valoriser et rassembler en un seul lieu les connaissances scientifiques et les pratiques mises en œuvre par les gouvernements et la société civile permettrait d'éclairer les prises de décision. Consulter les parties prenantes à toutes les étapes du processus décisionnel est également une bonne pratique qui mériterait d'être envisagée pour ce grand chantier.

C'est en combinant les perspectives des différents acteurs du vieillissement que le portrait présenté dans ce rapport pourra conserver sa pertinence au cours des prochaines années. Les personnes âgées ne verront une amélioration de leurs conditions de vie que si l'ensemble des parties prenantes sont impliquées et que leurs actions reposent sur les meilleures connaissances scientifiques.

Lorsqu'elles sont accessibles et bien connues, les connaissances scientifiques favorisent l'adoption de politiques et d'initiatives pouvant réduire les inégalités qui minent les conditions de vie des personnes âgées



ÉVALUER • ÉCLAIRER • ÉVEILLER