



**Bulletin de
l'Observatoire
Vieillesse
et Société**

géro-phare

Octobre 2016

Toute personne âgée, dépendante ou non, a des droits inaliénables à tous points de vue.

MORAUX

- 1. ÊTRE EN CONCORDANCE DE SA PROPRE VOLONTÉ
- 2. ÊTRE LIBRE DE CHOISIR SON ENVIRONNEMENT (FAMILIAL, PASTORAL ET LA SOCIÉTÉ)
- 3. ÊTRE ENVIRONNÉ PAR UN RESSORTISSANT

MATÉRIELS

- 1. ÊTRE ENVIRONNÉ FINANCIÈREMENT
- 2. ÊTRE ENVIRONNÉ ENVIRONNEMENTALEMENT
- 3. ÊTRE ENVIRONNÉ EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ (PROTECTORAT DES SERVICES SOCIAUX, DE LA CONSTRUCTION)
- 4. ÊTRE ENVIRONNÉ EN MATIÈRE DE SANTÉ

SOCIAUX

- 1. ÊTRE ENVIRONNÉ ENVIRONNEMENTALEMENT, ÉCONOMIQUEMENT, ÉPIQUEMENT
- 2. ÊTRE ENVIRONNÉ ENVIRONNEMENTALEMENT
- 3. ÊTRE ENVIRONNÉ ENVIRONNEMENTALEMENT
- 4. ÊTRE ENVIRONNÉ ENVIRONNEMENTALEMENT

**Pour un abonnement gratuit au Géro-phare
(514) 340-3540, poste 3927
Pour en savoir plus... beaucoup plus... sur tout!
www.ovs-oas.org**

Prochaines conférences

**Le 4 octobre 2016 à 14 h
AvantÂge**

« Les effets néfastes du stress
et de l'anxiété sur
le vieillissement:
comment y faire face? »

par

Dr Sébastien Grenier, Ph. D.

Régulier : 25 \$
60 ans et + : 21 \$
Étudiants : 15 \$

**Le 8 décembre 2016 à 16 h
OVS**

« Le bénévolat, source de
bien-être et de longévité »

par

André Ledoux, M. A, Cert. Gér.

**Bienvenue à tous!
Il serait souhaitable
de réserver au
(514) 340-3540,
poste 3927**

Rappel

Colloque 2016

Vivez mieux, Vivez vieux

La santé avant tout

**Samedi le 15 octobre 2016
12 h 30 – 17 h 00**

Invitée d'honneur : Mme Louise Lambert-Lagacé

Amphithéâtre Le Groupe Maurice
Institut universitaire de gériatrie de Montréal
4565 Chemin Queen Mary, Montréal, QC H3W 1W5
(514) 340-3540, poste 3927

Inscription possible jusqu'au 10 octobre : (514) 340-3540, poste 3927
Admission: 20 \$ (à payer à l'entrée)
(pour plus de détails consulter le dépliant ci-joint)

Observatoire Vieillesse et Société

Existe-t-il un âgisme d'État ?

Article 10, extrait de la Charte des droits et libertés de la personne du Québec : « Toute personne a droit à la reconnaissance et à l'expérience en pleine égalité des droits et libertés de la personne etc... »

Nous étions serein et calme, jusqu'au jour, où, après une malencontreuse visite chez un spécialiste, nous avons reçu un avis qui commençait comme ceci : « Dans certaines circonstances, l'État se réserve le droit de vérifier auprès de chaque citoyen le maintien de certains privilèges qui lui sont accordés... »

« Vous êtes donc requis de vous présenter avant le 14 septembre à un centre de la RAMQ pour un examen de conduite automobile... Veuillez vous faire accompagner de quelqu'un possédant un permis de conduite car, à la suite de cet examen, il est possible que votre propre permis soit confisqué et qu'on vous demande de le remettre à l'examineur de l'État ». La question qui vient immédiatement à mon esprit est la suivante: « Pourquoi moi? J'ai pourtant un dossier irréprochable, pas d'accidents majeurs ou de contraventions depuis 20 ans ! »

Pourquoi mais pourquoi donc? Après réflexion, je pense avoir trouvé la raison : un mot, un simple mot à l'effet papillon : « Ergothérapie? »

Ce mot au début ne m'a pas impressionné mais il se trouvait maintenant pour mon malheur inscrit de façon presque indélébile sur ma fiche médicale.

En effet, en soit, il ne veut absolument rien dire. « L'ergothérapie est une profession de santé évaluant et traitant les personnes afin de préserver et développer leur indépendance et leur autonomie dans leur environnement quotidien et social ». Par exemple, une fracture mal guérie qui vous a laissé une articulation moins souple que les autres. En général, lorsque le médecin écrit *physiothérapie*, il précise la partie du corps impliquée.

Comme je me sentais parfaitement bien, je ne voyais pas l'obligation de consulter pour des problèmes que je n'avais pas. Malheureusement, mon médecin de famille s'est cru obligé d'inscrire dans le rapport de santé que la RAMQ a reçu le terme « Ergothérapie » sans plus de précision. Ce mot m'a paru sans conséquences et je ne me suis pas objecté à ce qu'elle soit retranscrite dans le rapport officiel de ma santé envoyé à notre bon gouvernement.

Mal m'en a pris... Je n'avais pas prévu les conséquences et surtout la tempête administrative qui en résulterait. Tout d'abord où aller passer le fichu examen ? Une brève enquête a montré que j'avais le choix entre une douzaine de centres officiels. Une revue de presse m'a aussi montré que le taux de réussite variait entre 80% et 20% seulement. Par exemple, à Drummondville, j'aurais quatre fois plus de chance de réussir qu'à Montréal. Une information directement à la Régie ne m'a pas beaucoup renseigné sauf que l'examen est parfaitement standardisé et que le pourcentage d'échec dépendait surtout des professeurs. Devant l'absurdité apparente de cette situation, j'ai trouvé la solution la plus pratique d'aller tout simplement là où les statistiques étaient les plus favorables, sans m'inquiéter sur la cause mais en me concentrant surtout sur les résultats que j'obtiendrai.

Heureusement me dit-on, il est possible de se reprendre plusieurs fois, nous en reparlerons...

André Davignon

« Traiter les gens comme s'ils étaient ce qu'ils devraient être et vous les aiderez à devenir ce qu'ils peuvent être. »

Goethe

Informations utiles

Référence-Aînés : 514-527-0007 , une source d'information fiable pour vous orienter facilement

Commission des droits de la personnes du Québec : www.cdpcj.qc.ca; tél: 1 800 361 6477

Services Québec : www.gouv.qc.ca; tél:1 877 644 4545

Les mensonges de l'information

Comment les aînés peuvent-ils s'en protéger ?

La vérité, la vérité avec un grand V, n'existerait pas. *Qu'est-ce que la vérité ?* s'est écrié un jour Ponce Pilate. L'on admet aisément que la vérité repose sur des faits et des réalités: les opinions et les croyances sont d'un autre ordre et habitent le monde de la subjectivité.

Nous assistons actuellement, dans nos sociétés, à un phénomène qui prend de l'ampleur et bouscule les idées de fond. Il s'agit de l'ère post-factuelle où les faits sont occultés par les opinions, le mensonge et les émotions. Deux exemples flagrants : le Brexit et la campagne républicaine de Donald Trump.

Dans le premier cas, les tenants du pro-*leave*, ont misé sur les éléments négatifs, les désavantages, voire des faussetés touchant l'Union européenne (UE). Une publicité tout axée sur les émotions, le contraire pour les partisans du maintien dans l'UE qui ont appuyé leur argumentation de faits incontestables. Comme le mentionne le journaliste Marc Thibodeau de *La Presse*, un des principaux financiers du camp gagnant a soutenu que leur victoire s'expliquait par une campagne reposant sur l'émotion plutôt que sur les faits. Il faut de plus en plus faire appel aux sentiments des gens, à leur affectivité, comme le font les médias sociaux, quitte à bafouer la réalité des faits et finalement la vérité. D'où les néologismes *post-factuel*, *post-vérité*. À l'honneur : les demi-vérités, le mensonge, l'opinion fallacieuse, la subjectivité...

La campagne de Donald Trump en est un autre exemple manifeste du triomphe de l'émotion et du mensonge. Certains Américains veulent bien croire que le taux de chômage dans leur pays est de 42 %, que la criminalité atteint un sommet menaçant la paix sociale et que l'immigration est responsable de tous les maux qui frappent leur société. Oui, de la désinformation qui soulève les sentiments hostiles du peuple. Ce seraient de plus en plus les émotions qui rejoignent la population. Ce qui expliquerait le succès de Trump.

Comment alors assurer le triomphe de la vérité, toute relative soit-elle, et de la raison dans ce magma de faussetés souvent véhiculées par les médias sociaux ? Quelle attitude les personnes aînées devraient-elles adopter ? Comment distinguer les faits qui sont vrais de ceux qui sont faux ? Rédactrice en chef du *Guardian*, le quotidien d'information britannique et journal de référence de l'intelligentsia, Katharine Viner avoue qu'il faut *débunker* les informations fausses, c'est à dire les briser ou les démystifier en consultant des sources de nouvelles différentes, en comparant les renseignements qui peuvent venir d'un peu partout, sans oublier la fiabilité des médias crédibles. Le doute et la remise en question sont également les meilleurs atouts contre la désinformation et les tromperies qui inondent souvent notre quotidien.

André Ledoux, *vigie qualité de vie*

Dépression quand tu nous tiens...

L'article de Mathieu Perreault, paru dans *La Presse* du 22 août, nous présente les résultats d'une étude américaine publiée en août dernier dans le *J.A.M.A Psychiatry* par l'auteur Myrna Veissman de l'Université Columbia. Ces résultats se résument ainsi : lorsque parents et grands-parents souffrent de dépression, le risque pour les petits enfants d'être déprimés est trois fois plus élevé.

Si toutefois seuls les grands-parents sont déprimés mais que les parents de l'enfant ne le sont pas, le risque pour les petits-enfants n'existerait pas. De plus, il semble que certains gènes protecteurs chez l'enfant de parents déprimés seraient absents chez celui-ci. Cet article invite à une meilleure surveillance d'enfants et d'adolescents ayant de tels antécédents, plutôt que de s'abstenir de procréer des enfants dans de telles circonstances.

C'est un article qui souligne, une fois de plus, l'importance de la santé mentale et des efforts consentis pour la protéger.

Gloria Jeliu, *Vigie santé*

La peur de vieillir : une construction sociale

Penser l'âgé, c'est penser soi-même dans quelques années, c'est penser ses parents ou ses grands-parents et c'est surtout, penser un passage inévitable de notre parcours de vie. Avoir peur de vieillir n'est pas forcément une réalité fondamentale et authentique de notre nature humaine. La peur de vieillir est une construction sociale, une croyance collective que l'on pense faire intégralement partie du parcours de vie de chaque individualité en nous, tandis qu'elle pourrait facilement ne pas avoir lieu avec la prise de conscience qu'elle n'est pas tout à fait *normale*.

Cette peur retrouve son essence dans le champ catégoriel des structures sociales de nos formes de vies respectives. Le passage de l'âge *Adulte* à l'âge *Senior* regroupe plusieurs caractéristiques. Il se définit très souvent par la perte d'autonomie professionnelle, le détachement de la vie sociale et relationnelle, et par le repli sur soi. Par conséquent, la structure de nos sociétés encourage en quelque sorte cette peur qui n'est qu'une résultante d'un *âgisme social*. Ainsi, l'âgisme social se définirait comme le fait de placer l'aîné dans une catégorisation identitaire systémique en se basant sur son âge.

De ce fait, l'idéologie promue par ces multiples stéréotypes sociaux réduit la conception de la vieillesse à une définition déterminante, la vieillesse serait ainsi perçue comme une *mort sociale*.

Il serait alors crucial de repenser la place de l'aîné dans la société, afin que l'on déconstruise les idées préconçues sur le grand âge, par la mise en place d'une infrastructure intégrante de la personne âgée dans toutes les sphères de notre société (politique, sociale, médiatique), combattant ainsi l'*âgisme social* de même que tous les préjugés et croyances qui en découlent et qui conduiraient à l'adoption de cette *peur de vieillir*.

«...Ce ne sont pas les années qui séparent les générations, mais nos représentations mutuelles.»

[Balahoczky]

Imane EL Mahi, étudiante en sociologie

La recherche à l'OVS

Dans le cadre des recherches patronnées par l'OVS, voici quelques données intéressantes :

La **Fondation Saputo** a subventionné une recherche sur le rôle des aînés dans la société auprès de jeunes enfants de niveau préscolaire et primaire pour encourager la création de liens intergénérationnels. Une vingtaine d'ateliers ont été conduits dans six écoles de Montréal et de Laval par des bénévoles de l'OVS et on a identifié d'une façon unanime une perception positive du rôle des grands-parents que les enfants affectionnent tout particulièrement en raison de nombreuses activités conjointes.

Aucune observation suggérant de l'âgisme chez les enfants rencontrés n'a été identifiée au cours de cette recherche. En revanche, les enfants d'immigrants déploraient, quant à eux, l'absence de grands-parents dans leur environnement.

L'OVS souhaite poursuivre ce type de recherche auprès d'enfants plus âgés et d'adolescents. Merci à l'équipe qui a participé à la réalisation de cette recherche: Denise Destrempe, André Ledoux, Marie Chantal Chartier et Paula Lazar.

Le Géro-phare :

Éditeur : André Davignon, M. D., Rédactrice en chef: Gloria Jeliu, M. D., Réviseur de textes : André Ledoux, M. A., Cert. Gér., Infographes : Paula Lazar, Marie Chantal Chartier, Collaborateurs : André Davignon, Gloria Jeliu, André Ledoux, Paula Lazar, Ginette Brûlotte, Eduardo Varela, Pierre-Étienne Laporte.

Le *Géro-phare* est une publication mensuelle de l'Observatoire Vieillesse et Société. Dans ce bulletin, la formule masculine est employée pour alléger le texte et ne se veut aucunement discriminatoire. [Les articles du Géro-phare n'engagent que leurs auteurs.](#)

Les activités de l'OVS ne peuvent s'exercer que grâce au soutien d'organismes



LE GÉRO-PHARE

LE GROUPE MAURICE
LES RETRAITÉS NOUS HABITENT



FONDATION
LINO & MIRELLA SAPUTO



Government
of Canada

Gouvernement
du Canada



Famille
Québec

FONDATION
Sibylla
Hesse