

STOP à l'âgisme envers les femmes en Chaudière-Appalaches

Rapport de recherche



Réseau des groupes
de femmes
CHAUDIÈRE-APPALACHES

Le **Réseau des groupes de femmes Chaudière-Appalaches (RGFCA)** est un regroupement régional de 23 groupes de femmes qui travaillent à la défense des droits et à l'amélioration des conditions de vie des femmes. Il constitue un lieu d'actions, d'échanges d'informations, de connaissances et d'expertises sur les droits des femmes et l'égalité. Le RGFCA favorise la concertation entre les groupes de femmes et représente ces derniers auprès des instances politiques et publiques.

Le but premier du RGFCA est d'atteindre l'ÉGALITÉ politique, économique, culturelle, personnelle, sociale et juridique entre les femmes et les hommes en Chaudière-Appalaches.

Le RGFCA est un organisme féministe qui œuvre pour la justice sociale. Il assure une gestion démocratique et respecte les groupes de femmes et les femmes dans leur diversité, leur autonomie et leurs différences. Le RGFCA travaille en solidarité avec tout groupe ou regroupement partageant ses valeurs.

Rédaction

Émilie Fort

Supervision

Karine Drolet, directrice du RGFCA

Marie-Eva Lambert, agente de projet du RGFCA

Recherche

Rose-Ange Tremblay-Ethier

Émilie Fort

Révision linguistique

Cendrine Audet – Littera

Graphisme

Sonia Landry

Comité consultatif de la recherche-action

Catherine Flynn, Ph.D., professeure, Unité d'enseignement en travail social, Département des sciences humaines et sociales, Université du Québec à Chicoutimi

Isabelle Marchand, Ph.D, professeure agrégée, Département de travail social, Université du Québec en Outaouais

Isabelle Auclair, titulaire Chaire Claire-Bonenfant, professeure agrégée, Sciences de l'administration – Département de management, Université Laval

Nicole Champagne, présidente de la Table de concertation des aîné.e.s de Chaudière-Appalaches (TCA-CA) et du Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches (CDA-A)

Micheline B. Rousseau, Cercle des Fermières – Fédération 10 (groupe membre du RGFCA)

Nous tenons à remercier sincèrement toutes les femmes de Chaudière-Appalaches qui ont participé aux entretiens collectifs ou individuels. Ce rapport de recherche n'aurait pas été possible sans la disponibilité et la générosité démontrées par ces femmes engagées dans leur milieu.

Merci à tous les groupes membres du RGFCA pour leur soutien et leur collaboration.

Une mention particulière est faite au Centre-Femmes de Lotbinière, au Centre Femmes l'Ancre, à Connexion Emploi ressources femmes, au Centre femmes La Rose des Vents et au Centre-Femmes La Jardilec qui se sont impliqués activement dans l'organisation des groupes de discussion.

ISBN – 978-2-9821878-0-1 (version imprimée)

ISBN – 978-2-9821878-1-8 (version PDF)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2023

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2023



Femmes et Égalité
des genres Canada

Women and Gender
Equality Canada

Table des matières

INTRODUCTION

4

Contexte de la recherche	4
Méthodologie.....	5
Plan du rapport	6

PARTIE 1. STATISTIQUES DE LA RÉGION

7

Faits saillants	7
Démographie des 65 ans et plus	7
Présence des politiques MADA.....	8
Différences dans les mises à jour des politiques	8
Distribution des femmes de 65 ans et plus n'ayant jamais obtenu de diplôme, de certificat ou de grade	8
Distribution du revenu annuel chez les femmes de 65 ans et plus selon la MRC	9
Différence de salaire selon le genre chez les personnes de 65 ans et plus	9
Situation de faible revenu selon la mesure de faible revenu après impôts chez les personnes de 65 ans et plus selon la MRC.....	10
Disponibilité des services pour les 65 ans et plus dans la région	10

PARTIE 2. DONNÉES QUALITATIVES : LA PAROLE DES FEMMES

11

Chapitre 1. Expérience des représentations médiatiques et gouvernementales des personnes de 65 ans et plus

11

La représentation des personnes âgées par le gouvernement provincial.....	11
La femme dite « aînée » dans les médias	12

Chapitre 2. « Avoir l'air » d'une femme de 65 ans et plus au quotidien.....

15

Gérer l'impatience et la mise à l'écart dans les interactions quotidiennes	15
Stéréotypes et la construction d'un rapport ambivalent à l'aide extérieure.....	17

Chapitre 3. « Ne pas avoir l'air » d'une femme « aînée » : entre infantilisation et décrédibilisation.....

18

Imposition d'une image et négation de l'expérience vécue..	18
Entre décrédibilisation et violence :	
le cas particulier du système de santé.....	19

Chapitre 4. Refus d'une catégorie sociale imposée : vieillir ce n'est pas être vieille.....

21

Une personne âgée, c'est qui ? De la santé et de l'âge...	21
Vieillir comme un apprentissage	22

Chapitre 5. Les multiples facettes de la participation sociale des femmes de 65 ans et plus

25

Les espaces de la participation sociale	25
Entre intérêt personnel et entourage : les déterminants dans le choix de l'action bénévole	27

Chapitre 6. La participation sociale à l'intersection de l'âge et du genre : le poids des prescriptions sociales

28

Aidante naturelle : une question de génération et de genre.....	28
Pratiques pour contrer l'inutilité sociale et l'isolement	30
Entre âgisme et culpabilité : apprentissage graduel de l'inutilité sociale	31

Chapitre 7. Enjeux et limites entourant la participation sociale.....

33

L'incidence de la pandémie sur les diverses formes de participation sociale	33
Trajectoires personnelles dans les limites à la participation sociale	35

Chapitre 8. Les réponses des femmes de 65 ans et plus pour contrer l'âgisme : RECOMMANDATIONS.....

37

1. Déconstruire la représentation des femmes de 65 ans et plus	37
1.1. L'intergénérationnel.....	37
1.2. La formation des professionnel.elle.s en tout genre.....	38
1.3. Augmenter la présence des femmes de 65 ans et plus dans les milieux décisionnels (politique, comité, etc.).....	39
2. Sur la participation sociale	40
2.1. Le passage à la retraite.....	40
2.2. La reconnaissance fiscale	40
2.3. L'adaptation de la société aux femmes de 65 ans et plus	41
2.4. Améliorer la connaissance de l'offre disponible d'implications sociales.....	42
3. Améliorer l'accès à l'information et aux ressources	42
3.1. Développer des formats d'information adaptés et accessibles pour les personnes de 65 ans et plus	42
3.2. Améliorer l'information sur les droits	42
4. Amélioration en matière de santé	43
4.1. Développer et favoriser les services à domicile ...	43
4.2. Développer l'offre de logements sociaux	44
4.3. Favoriser l'accessibilité aux services de santé	44

CONCLUSION

45

BIBLIOGRAPHIE

46

Introduction

Contexte de la recherche

En effet, les femmes de 65 ans et plus se trouvent à l'intersection d'au moins deux systèmes de domination : le sexisme et l'âgisme.

« L'âgisme est le fait d'avoir des préjugés ou un comportement discriminatoire envers des personnes ou des groupes en raison de leur âge [...] »

En 2021, le Réseau des Groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches (RGFCA) a lancé le projet *Stop à l'âgisme envers les femmes en Chaudière-Appalaches*. Ce projet a pour objectif de s'attaquer aux causes structurelles de l'âgisme et de l'isolement des femmes de 65 ans et plus, exacerbées par la pandémie de COVID-19, tout en révélant leurs vécus et expériences dans la région. Les résultats de cette enquête permettront ensuite de faire ressortir des actions structurelles concrètes à mettre en œuvre dans la région et, à partir des besoins et obstacles révélés par les actrices elles-mêmes, de déployer sur le terrain des actions pour contrer les effets de l'âgisme et favoriser la sécurité et l'inclusion des femmes de 65 ans et plus.

En effet, les femmes de 65 ans et plus se trouvent à l'intersection d'au moins deux systèmes de domination : le sexisme et l'âgisme. Les stéréotypes de genre qui découlent du sexisme « sont des idées préconçues qui assignent arbitrairement aux femmes et aux hommes des rôles déterminés et bornés par leur sexe » (Conseil de l'Europe, n.d.), tandis que « [l']âgisme est le fait d'avoir des préjugés ou un comportement discriminatoire envers des personnes ou des groupes en raison de leur âge [...] [Il] peut prendre de nombreuses formes, notamment des comportements fondés sur des préjugés, des pratiques discriminatoires ou des politiques et pratiques institutionnelles tendant à perpétuer les croyances de ce type » (Ligue de l'enseignement et de l'éducation permanente, 2019). L'âgisme et le sexisme recouvrent donc une dimension structurale, mais aussi une expérience quotidienne, et leurs effets peuvent se trouver soutenus selon que les femmes de 65 ans et plus soient aussi immigrantes, en situation de handicap, etc.

L'âgisme et le sexisme – avec les autres systèmes de domination – poussent aux marges de notre société les femmes de 65 ans et plus tout en les empêchant de participer pleinement à la vie sociale, politique et économique de notre communauté. Explorer la participation sociale des femmes de 65 ans et plus apparaît donc un bon baromètre pour comprendre les manifestations et obstacles générés par l'âgisme dans leur vie quotidienne, et cela particulièrement depuis la pandémie de COVID-19. La pandémie a, en effet, mis de l'avant l'âgisme qui existe dans notre société, mais a aussi et surtout renforcé l'isolement, la marginalisation sociale, la précarité des populations vulnérables dont font partie les femmes de 65 ans et plus.

Cette recherche se propose donc d'illustrer les modalités de la participation sociale des femmes de 65 ans et plus dans la région de la Chaudière-Appalaches, afin d'identifier les enjeux que les femmes rencontrent dans leur participation sociale et les multiples formes que peut prendre cette participation. Il s'agit également de mettre en exergue les différentes manifestations de l'âgisme dans leur vie quotidienne, qu'elles découlent de logiques structurales, tels le gouvernement et les médias, ou plus directement de leur entourage.

Méthodologie

En tant que recherche-action, cette enquête a été construite en collaboration avec des chercheuses de trois universités québécoises (Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), Université Laval et Université du Québec en Outaouais (UQO)) et des représentantes des organismes pour les personnes âgées de Chaudière-Appalaches. La première partie de la recherche a consisté en l'élaboration de cartographies pour chacune des neuf MRC de la région ainsi que pour la ville de Lévis. Ces cartographies visaient à dresser un portrait sociodémographique des femmes de 65 ans et plus en Chaudière-Appalaches et de recenser les organismes communautaires présents sur les territoires. Ces cartographies ont ensuite servi de base à la sélection des quatre territoires où seraient conduites les entrevues : MRC des Appalaches, MRC de L'Islet, MRC de Lotbinière et la ville de Lévis. Ces trois MRC et la ville de Lévis ont été choisies pour des raisons bien précises. La MRC des Appalaches est celle présentant le plus haut taux actuel de personnes âgées dans la région. L'Islet, à moyen terme (10 ans), sera la MRC qui présentera le plus haut taux de personnes âgées de la région en dépassant la MRC des Appalaches. La MRC de Lotbinière démontrait une grande volonté de participation au projet. Finalement, la ville de Lévis, par sa constitution et ses infrastructures urbaines, offre une diversité de services pour toutes personnes. Ainsi, il est intéressant de comparer l'offre de services de la Ville de Lévis à celle des milieux plus ruraux et de voir les répercussions de la présence et de l'absence de ces services sur la vie des femmes âgées.

La conduite des entrevues a constitué la seconde partie de la recherche. Dans le courant du mois de février 2023, 58 femmes de la région de la Chaudière-Appalaches, réparties en 14 rencontres de groupe et une entrevue individuelle, ont pris part à l'enquête. Les rencontres se sont articulées autour de trois grandes thématiques : leur expérience de femmes « âgées » dans la région ; leurs différents engagements dans leurs familles respectives et leurs communautés ; et finalement, leurs connaissances des pratiques et politiques facilitant leur implication sociale ou y faisant obstacle.

Les répondantes ont également eu à répondre à une enquête sociodémographique. Cette enquête a révélé que parmi ces femmes :

- 19 ont entre 65 et 69 ans ;
- 21 ont entre 70 et 74 ans ;
- 12 ont entre 75 et 79 ans ;
- 6 ont plus de 80 ans ;
- 27,5 % d'entre elles (16 participantes) détiennent un diplôme d'études secondaires ;
- 36 % (21 participantes), un diplôme d'études collégiales ;
- 25,8 % (15 participantes), un diplôme universitaire (majoritairement un baccalauréat) ;
- la moitié d'entre elles vivaient seules et l'autre moitié avec une autre personne.

L'échantillon comptait trois femmes de descendance autochtone et trois en situation de handicap cognitif et mental. Il ne comptait cependant aucune femme issue de l'immigration ou des minorités visibles. Sur ce point, il faut rappeler que le pourcentage de femmes de 65 ans et plus immigrantes ou faisant partie des minorités visibles est extrêmement bas à l'échelle du Québec. Malgré une augmentation générale de la population de femmes de 65 ans et plus dans la province, la proportion de femmes de 65 ans et plus issues de l'immigration ou des minorités visibles reste stable ou augmente peu au fil des années (Institut de la statistique du Québec, 2023). En Chaudière-Appalaches, les femmes immigrantes représentent 2,2 % de la population, et seulement 4,5 % d'entre elles ont plus de 45 ans (Statistique Canada, 2023). Leur faible proportion les a rendues plus difficiles à joindre pour cette enquête, ce qui peut expliquer leur absence de notre échantillon.

Les résultats de l'enquête indiquent que les femmes de 65 ans et plus dans la région de la Chaudière-Appalaches ne constituent pas un groupe uniforme, mais qu'elles sont caractérisées par une grande variété de parcours, de situations et d'implications. Ces dernières se distancent de l'appellation « aînées » qu'elles perçoivent le plus souvent comme péjorative. Pour cette raison, l'expression « femmes de 65 ans et plus » sera préférée dans les paragraphes suivants à celle de « femmes aînées ». Pour ces femmes, vieillir semble avant tout une question d'adaptation à une nouvelle réalité. Elles paraissent peu affectées émotionnellement par les préjugés et stéréotypes qui traversent leur vie quotidienne, même si elles reconnaissent les contraintes directes et indirectes que ces préjugés et stéréotypes font peser sur leur vie quotidienne, et cela particulièrement depuis la pandémie de COVID-19.

Plan du rapport

Le présent document brosse, dans les prochains chapitres, un portrait des femmes de 65 ans et plus dans la région de la Chaudière-Appalaches. Une analyse du sens qu'elles donnent aux pratiques et politiques dont les personnes aînées sont l'objet aux échelles provinciales et municipales est aussi réalisée et abordée, selon si et comment elles s'approprient lesdites pratiques. Finalement, les recommandations qu'elles proposent sur la base de leur vécu sont exposées, afin de mettre en place de nouvelles pratiques et politiques pour une relance féministe.

Dans une première partie, un portrait des femmes de 65 ans et plus dans la région de la Chaudière-Appalaches est établi sur la base des statistiques et données collectées sur les sites Internet des gouvernements du Québec et du Canada, de même que les sites Internet des MRC et municipalités. Y sont abordés non seulement la démographie, l'éducation ou encore les revenus, mais également l'état des lieux en matière de politique pour les personnes aînées à l'échelle des MRC et municipalités de la région. La seconde partie de ce document est divisée en plusieurs chapitres. Les chapitres 1 à 3 explorent les représentations et stéréotypes qui émergent à l'échelle des structures gouvernementales et médiatiques, et dans la vie quotidienne des répondantes à l'enquête, lesquels circonscrivent la portée de leurs actions et interactions. Ces chapitres ont pour objectif d'éclairer comment l'âgisme se manifeste tant directement qu'indirectement dans l'existence des femmes de 65 ans et plus en Chaudière-Appalaches. Le chapitre 4 rend la parole aux répondantes et propose leur regard sur le qualificatif d'*aînée*, mais aussi sur le vieillissement. Dans les chapitres 5 et 6 sont abordées la participation sociale et ses formes ainsi que les trajectoires qui mènent tant à l'implication qu'au possible retrait de l'implication. Sont notamment approchées dans le chapitre 6 les répercussions de la pandémie de COVID-19 sur la participation. Les chapitres 7 et 8 proposent d'explorer les limites et obstacles identifiés par les répondantes à la participation sociale, et les réponses qu'elles envisagent pour pallier les défis qu'elles rencontrent.

PARTIE 1

Statistiques de la région

Faits saillants

- **Chaudière-Appalaches : une région rurale**
 - À Lévis, 80 % des emplois sont du secteur tertiaire et 50,2 % sont des emplois hautement qualifiés
- **Disparité dans la densité de population dans les MRC, entre les MRC et la ville de Lévis**
- **Disparité dans la répartition des services de toutes sortes (santé, éducation, alimentation, etc.) dans les MRC, entre les MRC et la ville de Lévis**
- **Immigration : forte concentration de l'immigration à Lévis (51 % de la région de la Chaudière-Appalaches), mais peu dans les autres MRC (de 0 à 6 % dans Les Etchemins)**
- **Logement : les propriétaires sont plus nombreux que les locataires**
 - Faible taux d'inoccupation dans certaines municipalités
 - Problème des logements abordables

Démographie des 65 ans et plus¹

MRC	Les femmes de 65 ans et plus (2021)	En 2021	En 2041
(Les) Appalaches	33,1% dont 6 % + de 85 ans	31,1 %	33,2 %
Beauce-Centre	12 % dont 2 % + de 85 ans	23,6 %	27,6 %
Beauce-Sartigan	115 % dont 1,5 % + de 85 ans	22,2 %	30,9 %
Bellechasse	23,8 % (pas de données pour + de 85 ans)	22,7 %	27,1 %
(Les) Etchemins	29 % dont 4,3 % + de 85 ans	28,2 %	34,5 %
(L')Islet	27 % dont 4,3 % + de 85 ans	29,6 %	39,1 %
Lévis	10 % dont 2 % + de 85 ans	21,2 %	-
Lotbinière	10 % dont 2,3 % + de 85 ans	20,4 %	22,7 %
Montmagny	31,3 % dont 4,3 % + de 85 ans	29,5 %	36,4 %
(La) Nouvelle-Beauce	10 % dont 2,1 % + de 85 ans	19,2 %	25 %

¹ Les données présentées pour 2021 dans le tableau ci-après proviennent de Statistique Canada, *Recensement de la population 2021*. Les données présentées pour 2041 proviennent de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ), *Perspectives démographiques des MRC du Québec, 2021-2041 – Mise à jour 2022*. (Institut de la Statistique du Québec, 2022).

Présence des politiques MADA²

La majorité des MRC de la Chaudière-Appalaches ont adopté des politiques MADA, à l'exception des MRC

- Des Etchemins : 10/13 municipalités, 3 ont seulement des politiques familles
- Des Appalaches : Sacré-Coeur de l'Enfant Jésus = ni MADA ni des politiques familles

Différences dans les mises à jour des politiques

MRC	Oui	En cours	Échue
(Les) Appalaches	2	14 MRC	2 (2018-2020) 1 aucune
Beauce-Centre		MRC	9 (2015-2017) 1 (2018-2020)
Beauce-Sartigan	Toutes		
Bellechasse	11	1	5 (2015-2017)
(Les) Etchemins	3	2	4 (2013-2016) 1 (2018-2020) 3 aucune
(L')Islet	1	11 MRC	1 (2013-2015) 1 (2014-2017)
Lévis	2020-2030		
Lotbinière	16	1	
Montmagny	Toutes		
(La) Nouvelle-Beauce	7	2	1 (2018-2020) 1 (2019-2021)

Distribution des femmes de 65 ans et plus n'ayant jamais obtenu de diplôme, de certificat ou de grade³

MRC	% sans diplôme
(Les) Appalaches	44,0
Beauce-Centre	51,8
Beauce-Sartigan	50,7
Bellechasse	43,9
(Les) Etchemins	52,6
(L')Islet	51,4
Lévis	26,2
Lotbinière	42,6
Montmagny	48,0
(La) Nouvelle-Beauce	41,6

² Les données présentées ci-après ont été collectées sur les sites Web des MRC et des municipalités le cas échéant.

³ Les données présentées dans le tableau ci-après proviennent de Statistique Canada, *Recensement de la population 2021*.

Distribution du revenu annuel chez les femmes de 65 ans et plus selon la MRC⁴

MRC	Moyenne (\$/année)	Minimum (\$/année)	Maximum (\$/année)
(Les) Appalaches	22 884	17 249	31 018
Beauce-Centre	22 512	15 926	30 779
Beauce-Sartigan	24 670	17 553	33 934
Bellechasse	23 120	18 276	34 203
(Les) Etchemins	21 626	16 434	25 325
(L')Islet	21 146	16 763	28 255
Lévis	27 914	18 400	36 355
Lotbinière	21 661	17 792	30 042
Montmagny	22 430	13 933	27 471
(La) Nouvelle-Beauce	24 896	20 548	27 711

Différence de salaire selon le genre chez les personnes de 65 ans et plus⁵

MRC	Salaire min hommes	Salaire min femmes	Différence	Salaire max hommes	Salaire max femmes	Différence
(Les) Appalaches	22 802	17 249	5 553	48 472	31 018	17 454
Beauce-Centre	23 895	15 926	7 969	49 194	30 779	18 415
Beauce-Sartigan	28 829	17 553	11 276	81 773	33 934	47 839
Bellechasse	27 172	18 276	8 896	71 970	34 203	37 767
(Les) Etchemins	20 227	16 434	3 793	33 128	25 325	7 803
(L')Islet	23 607	16 763	6 844	50 865	28 255	22 610
Lévis	30 763	18 400	12 363	66 048	36 355	29 693
Lotbinière	23 901	17 792	6 109	62 419	30 042	32 377
Montmagny	23 396	13 933	9 463	61 178	27 471	33 707
(La) Nouvelle Beauce	26 025	20 548	5 477	44 632	27 711	16 921

⁴ Les données présentées dans le tableau ci-après proviennent de Statistique Canada, *Recensement de la population 2021*.

⁵ Les données présentées dans le tableau ci-après proviennent de Statistique Canada, *Recensement de la population 2021*.

Situation de faible revenu selon la mesure de faible revenu après impôts chez les personnes de 65 ans et plus selon la MRC⁶

MRC	Hommes		Femmes	
	Nombre	Taux	Nombre	Taux
(Les) Appalaches	1 305	23,0 %	1 760	29,6 %
Beauce-Centre	415	20,2 %	520	25,9 %
Beauce-Sartigan	1 095	20,9 %	1 525	27,6 %
Bellechasse	820	20,7 %	960	25,4 %
(Les) Etchemins	505	22,7 %	520	25,1 %
(L')Islet	555	22,9 %	715	29,9 %
Lévis	1 340	9,8 %	2 510	16,7 %
Lotbinière	655	20,3 %	865	27 %
Montmagny	785	26,1 %	1 015	31,9 %
(La) Nouvelle-Beauce	510	15,7 %	715	21,6 %

Disponibilité des services pour les 65 ans et plus dans la région⁷

MRC	Services communautaires	Services de santé	Services de proximité	Services de transports
(Les) Appalaches	Offre assez conséquente	Nombreux, mais centralisés à Thetford Mines (et Disraeli)	Mal répartis (certaines municipalités ont peu d'offres alimentaires)	Service régional de transport adapté
Beauce-Centre	Offre assez conséquente, manque de connaissance des services	Bonne, mais concentration dans Beauceville et Saint-Joseph-de-Beauce	Offre accessible	Service régional de transport adapté, mais peu d'utilisateurs
Beauce-Sartigan	Offre assez conséquente, manque de connaissance des services	Plusieurs points de service de CLSC, mais concentration dans Saint-Georges. Manque de médecins de famille	Bonne en somme, mais 6 municipalités où il y a peu de services	Service régional de transport adapté
Bellechasse	Offre assez conséquente	Services répartis sur le territoire	Manque de services de proximité	Peu de connaissance des services
(Les) Etchemins	Nombreux à Lac-Etchemin	Nombreux à Saint-Prosper	Désert alimentaire potentiel	s.o.
(L')Islet	Offre peu conséquente	Concentration sur le littoral	Baisse générale des services	s.o.
Lévis	Offre conséquente, mais méconnaissance des services à domicile	Plusieurs services publics et privés	Offre diversifiée et accessible	Société de transports de Lévis, besoin d'améliorer le transport en commun entre les rives et de publiciser les services de transports en commun
Lotbinière	Offre très diversifiée, manque de connaissance des services	Plusieurs groupes de médecine familiale (GMF) et points de services du CLSC	Offre accessible	Service régional de transport adapté
Montmagny	Offre assez bien répartie sur le territoire	Bonne concentration, mais à Montmagny	Variable	Service régional de transport adapté
(La) Nouvelle-Beauce	Offre conséquente	Rétention des médecins difficile	Variable, accessible dans la ville de Sainte-Marie	Service régional de transport adapté

⁶ Les données présentées dans le tableau ci-après proviennent de Statistique Canada, *Recensement de la population 2021*.

⁷ Les informations présentées dans le tableau proviennent des cartographies réalisées dans le cadre du projet.

PARTIE 2

Données qualitatives : la parole des femmes

CHAPITRE 1

EXPÉRIENCE DES REPRÉSENTATIONS MÉDIATIQUES ET GOUVERNEMENTALES DES PERSONNES DE 65 ANS ET PLUS

Dans les discours des personnes répondantes émerge l'idée que les médias et le gouvernement déploient une représentation erronée et homogénéisante des personnes âgées, et dans le cas des médias, qui marginalise la femme âgée spécifiquement.

La représentation des personnes âgées par le gouvernement provincial

« En une semaine, je suis devenue vieille. » (rencontre 3)

À travers les entretiens avec des femmes de 65 ans et plus, il en est ressorti que la pandémie de COVID-19 s'est imposée comme un événement marquant dans la conscientisation de leur âge pour certaines, mais surtout dans la construction d'une représentation des « aîné.e.s » par le gouvernement provincial, l'un et l'autre de ces phénomènes étant liés⁸.

Comme le note cette répondante, « on a donné beaucoup de place aux aînés, veut veut pas, question de pandémie » (rencontre 14). Les résidences pour personnes âgées (RPA), particulièrement, ont reçu une attention accrue mettant en relief la représentation négative non seulement de ces lieux, mais également des CHSLD. Les mesures pandémiques ont mis en lumière les conditions difficiles auxquelles les personnes âgées étaient déjà soumises (rencontre 3). Le traitement médiatique des RPA et CHSLD pendant la pandémie, notamment, a créé ou renforcé la crainte chez les personnes répondantes de devoir un jour y résider (rencontres 1, 10 et 14).

Les enjeux de santé ont placé les personnes âgées en première ligne des prescriptions gouvernementales, principalement avec les interdictions de circulation – par exemple, pour faire leur épicerie – qui leur ont été promulguées ou encore les obligations de se faire vacciner.

**« Les mesures
pandémiques ont
mis en lumière
les conditions
difficiles
auxquelles les
personnes âgées
étaient déjà
soumises. »**

(rencontre 3)

⁸ Il faut cependant noter que même avant la pandémie, certaines politiques ou pratiques du gouvernement avaient déjà pour effet de conscientiser chez elles – mais aussi chez leurs proches du même âge – le basculement dans un autre groupe social. Cette répondante faisant référence à la réception des chèques de sécurité vieillesse à partir de 65 ans qui, une fois encore, établissent un lien intrinsèque entre un âge et un « état » (être vieille) (rencontre 12). La terminologie utilisée par le gouvernement affecte négativement les personnes de 65 ans et plus, la perception qu'elles ont d'elles-mêmes et de leur place dans la société.

« Je trouve, moi, personnellement, qu'on a une dictature de l'image énorme et [une] dictature des mots aussi. »

(rencontre 14)

Ces restrictions ont été douloureusement vécues comme le souligne cette répondante :

« Ça a été la pire chose d'empêcher les gens de 70 ans et plus de faire leur épicerie [...] Les gens se sont sentis dévalorisés. Les gens ont encore de l'amertume par rapport à cette catégorisation. » (rencontre 5)

Cette interdiction formulée pendant la pandémie constitue une forme d'infantilisation des personnes de 65 ans et plus puisqu'elle leur ôte la capacité de décider par et pour elles-mêmes si leur état de santé leur permet d'aller faire leur épicerie, par exemple. Par ailleurs, la relation assumée par la catégorisation gouvernementale entre l'âge et le « mauvais » état de santé produit une représentation des personnes de 65 ans et plus comme vulnérables et fragiles, ce qui renforce une forme de marginalisation sociale, comme l'indique cette participante :

« La vulnérabilité est associée à l'âge alors que ça devrait être basé sur la santé [...] Pourquoi on se fait mettre de côté ? » (rencontre 3)

Dans cette relation âge-état de santé, les personnes de 65 ans et plus sont homogénéisées (rencontre 5) et apparaissent comme « à risque » (rencontre 1). Selon les répondantes, cette homogénéisation va produire des représentations des personnes âgées comme des « poids pour le système de santé », des personnes « qui sont malades », et qui « coûtent cher » à la société (rencontre 14), générant un préjudice social envers celles qui bravaient les interdictions. En refusant l'interdit, les personnes âgées mettaient en danger le bien-être de la société tout entière (dans une certaine mesure).

La femme dite « âgée » dans les médias

Différemment dans les médias, les répondantes rapportent l'existence de représentations propres aux femmes de 65 ans et plus, qui tendent à véhiculer dans la société des images erronées et stéréotypées de ces dernières.

« Je trouve, moi, personnellement, qu'on a une dictature de l'image énorme et [une] dictature des mots aussi. » (rencontre 14)

Les répondantes signalent en effet que la représentation des femmes « âgées » qui est proposée dans les médias – faisant référence ici particulièrement à la télévision – est le plus souvent inadéquate à rendre compte de la façon dont elles se perçoivent. Mais aussi, ces représentations diffusent de fausses, ou à tout le moins partielles, « images » des femmes de 65 ans et plus auprès de la société dans son ensemble. Ainsi, l'apparence vestimentaire des femmes présentées dans certaines publicités va soutenir une association entre un âge, une apparence physique et un rôle social. Pourtant, comme le soulignent certaines des répondantes, l'âge ou l'apparence physique ne devraient pas être des indicateurs pour signifier un rôle social, ici celui de grand-mère.

Cette même idée de biais dans la construction de l'image des femmes de 65 ans et plus dans les médias apparaît aussi à l'inverse. Le principe des retouches et du maquillage utilisés à la télévision ou dans les magazines, et qui visent à faire apparaître plus jeunes les femmes de 65 ans et plus, a également pour effet néfaste d'invisibiliser ces dernières en refusant de « représenter » le vieillissement.

« C'est l'apparence qu'on se donne aussi. Y'a pas besoin de mettre de maquillage, y'en a à la télévision qui sont tellement maquillées, c'est plus la même personne, mais ça a pris un heure et demie de la maquiller, mais ça a pris cinq couches sur le visage. C'est plus la même personne. »

(Autre répondante) « C'est sûr, c'est comme tu vois des photos dans une revue, c'est ça "elle est donc encore bien belle à son âge". Mais c'est sur la retouche que ça a fait ça. » (rencontre 12)

Dans d'autres cas, elles déplorent à l'inverse que des femmes plus jeunes soient mobilisées pour représenter des femmes de 65 ans et plus, ou que les femmes de 65 ans et plus soient représentées par des femmes qui ont, selon les répondantes, un âge plus avancé.

« À la TV, dans les pubs, ils prennent des femmes de 80 ans pour des rôles de femmes de 60 ans. » (rencontre 5)

Dans chaque cas, le résultat est la création d'un décalage entre la façon dont elles se perçoivent et la façon dont elles sont représentées.

Mais au-delà de ce décalage, c'est peut-être surtout la différence dans le traitement des hommes et des femmes de 65 ans et plus (ou alors en phase de vieillissement) qui a généré le plus de discussions. Et en arrière-fond, l'idée qu'une femme qui vieillit, mais qui souhaite demeurer active dans le milieu de la télévision par exemple, devra accepter de transformer son apparence pour conserver son emploi.

« Et on vieillit plus mal quand on est une femme, par rapport à l'image dans les médias [...]. » (rencontre 14)

« Les hommes de 60 ans sont à la télévision et les femmes à 40 ans, il faut qu'elles se mettent du botox pour être à la télévision. » (rencontre 13)

« Oui, oui. Ben oui, regarde, je sais pas moi. Si je regarde la télévision, les... je sais pas moi... les commentateurs, les femmes, qui vont, j'sais pas, celles qui vont donner les nouvelles, puis si elles arrivaient un petit peu sloppy, ça marcherait pas, mais les hommes tu sais, tu remarques même pas comment ils sont habillés. [...] Mais tu sais, il y en a qui ont perdu leur emploi parce qu'elles se sont fait mettre dehors parce qu'elles étaient rendues trop vieilles, ça faisait pas une belle image à la télé. »

(Autre répondante) « Faut que tu te teignes les cheveux si tu veux rester. »

(Autre répondante) « C'est vrai que les hommes, on se préoccupe pas de leur façon de se vêtir ou de si y'ont les cheveux gris ou non ou... »

(Autre répondante) « La bedaine, là. » (rencontre 11)

« Les hommes de 60 ans sont à la télévision et les femmes à 40 ans, il faut qu'elles se mettent du botox pour être à la télévision. »

(rencontre 13)

Même avec le vieillissement, les dictats de la beauté touchent différemment les hommes et les femmes. Ces dictats dans le monde médiatique et de l'image publique sont des obstacles à l'avancement ou à l'emploi des femmes « vieillissantes » dans ce milieu. Selon les répondantes, les femmes ont alors deux options, soit se conformer, soit quitter le milieu.

« C'est la même chose, là. Dans les, dans les médias. Tu vois le, ils vont avoir un annonceur-là qui va être, qui va rester là. Il va être vieux, puis il va être ridé, mais la madame, non, si elle se fait pas lifter la face... Puis tu l'vois là, y'en a une qui est rendue avec un petit bec comme ça là, comme quasiment l'Joker, j'ai dit "Oh !" Mais c'est correct si elle veut s'faire relever la face. Moi, je me dis, qu'ils nous acceptent comment on est. » (rencontre 14)

Et dans une certaine mesure, leur choix de consentir à transformer leur image vient répondre à une forme d'oppression sociale qui empêche les femmes de 65 ans et plus de vieillir comme elles l'entendent et de s'« accepter » dans leur vieillissement, au contraire de leurs homologues masculins.

La représentation de la femme de 65 ans et plus semble ainsi se construire autour d'une dichotomie entre la femme de 65 ans et plus « belle, mince et intelligente » (rencontre 2) et la « grand-mère ». Cela ne laisse que peu de place à toute la diversité des formes de vieillissement qu'expérimentent les répondantes. Par ailleurs, cette représentation médiatique « erronée » de la femme de 65 ans et plus – telle que vue à travers les yeux des répondantes – signale que les femmes de cette catégorie d'âge ne sont pas épargnées par les inégalités systémiques entre hommes et femmes lorsqu'il s'agit d'image, et par les répercussions de ces représentations erronées dans leur vie quotidienne.

CHAPITRE 2

« AVOIR L'AIR » D'UNE FEMME DE 65 ANS ET PLUS AU QUOTIDIEN

Dans leur quotidien, en effet, les répondantes expriment faire l'expérience de préjugés qui apparaissent dans des espaces différents tels que la famille, le travail, la société ou encore le milieu médical. De la même manière qu'une image de l'aînée apparaît au niveau des structures, une image de l'aînée se dessine également au sein de la société. Comme pour les médias ou le gouvernement, cette image propose une compréhension uniforme de la réalité d'être une personne aînée, et une femme particulièrement, qui nie les pratiques et expériences des premières concernées.

À travers les propos rapportés par les répondantes, les femmes aînées – et les aînés plus largement – sont perçues comme plus lentes et ayant du temps, et doivent se conformer à des « codes » d'apparence – vestimentaires/physiques – qui permettent au reste de la société de les identifier comme aînées. Le poids qui pèse sur les femmes aînées en lien avec l'apparence apparaît plus significatif que pour les hommes, faisant ici écho aux enjeux d'apparence présentés plus haut relativement à la présence des femmes de 65 ans et plus dans les médias.

Gérer l'impatience et la mise à l'écart dans les interactions quotidiennes

Lorsque les répondantes se conforment – volontairement ou non – à l'image qui est attendue d'elles par la société, elles se voient aussitôt accoler certains attributs, traits, comportements sur la base desquels elles se trouvent souvent diminuées. L'élément central qui semble permettre une classification des femmes de 65 ans et plus comme « aînées » ou « vieilles » est le changement de couleur de cheveux.

« C'est l'attitude des gens qui change quand t'as les cheveux blancs. » (rencontre 11)

Ce changement de couleur de cheveux génère des réactions diverses dans leurs interactions sociales que l'on pourrait qualifier de positives ou de négatives, pouvant aller jusqu'à la crainte de la marginalisation dans certains cas, à l'image de cette répondante :

« J'ai été obligée de me laisser aller les cheveux gris, je travaillais encore et j'avais là [...] je me suis dit que les gens allaient être après moi et me demander : "quand est-ce que tu prends ta retraite ?" Je ne m'étais jamais fait demander ça. » (rencontre 3)

Dans la même rencontre, par exemple, une répondante indique que des « personnes [...] ont commencé à se lever pour me laisser m'asseoir. J'ai aimé ça ». Tandis qu'une autre raconte que, alors que ses cheveux sont devenus blancs : « [Je me faisais] klaxonner parce que je ne partais pas assez vite sur la lumière. » (rencontre 3)

« C'est l'attitude des gens qui change quand t'as les cheveux blancs. »

(rencontre 11)

Cette dernière réaction de la part des autres automobilistes face à la femme « aînée » renvoie à l'idée des personnes aînées comme étant plus lentes et moins réactives. Et c'est un phénomène que les répondantes ont rapporté aussi dans leurs expériences à l'épicerie lorsqu'elles cherchent leur moyen de paiement par exemple, ou encore lorsqu'elles doivent utiliser les caisses automatiques.

« Dans les épiceries ... Je me vois en train de fouiller juste pour trouver ma carte de crédit et je me dis "mon Dieu, qu'est-ce qu'ils pensent de moi !" Je m'excuse d'exister. "Je vais arriver" et je leur dis "Je m'excuse, ça me prend mon temps, mais j'arrive, je vais la trouver ma carte". Je n'aurais jamais dit ça avant quand j'étais jeune. » (rencontre 14)

Il est aussi possible de retrouver des logiques similaires dans la façon dont leurs proches – souvent enfants et petits-enfants – répondent à leur demande de soutien dans l'apprentissage des nouvelles technologies.

« Pour eux autres, c'est vite vite vite vite, mais on n'a plus le même rythme. "Explique et je vais être capable de comprendre. Mais si tu me dis "pèse ça, pèse ça" et tu t'en vas, oublie ça". » (rencontre 7)

« Dans les épiceries ... Je me vois en train de fouiller juste pour trouver ma carte de crédit et je me dis "mon Dieu, qu'est-ce qu'ils pensent de moi!" Je m'excuse d'exister... »

(rencontre 14)

Les répondantes notent une impatience de la part de leurs proches qui vient confirmer, d'après elles, l'image qu'elles renvoient de la personne aînée plus lente et moins réactive.

L'idée que les personnes aînées – et les femmes ici – ont le temps dicte aussi les comportements sociétaux envers elles, et notamment, encore une fois à l'épicerie, où elles rapportent que les clients peuvent demander à passer avant elles (rencontre 7), ou encore exprimer qu'elles ne devraient pas aller faire leurs achats aux heures de sortie du travail (rencontre 15). Ces attitudes suggèrent que les femmes aînées doivent s'adapter à la société active, mais plus qu'une adaptation, elles ne doivent pas déranger ou gêner celles et ceux qui jouent un rôle et ont une place dans cette société. Indirectement, cette représentation de la femme aînée comme « ayant le temps » participe d'une certaine forme de mise à l'écart de ces dernières du monde actif. Et c'est aussi l'idée que l'on peut retrouver dans les propos d'une répondante qui s'indignait que les emplois attribués aux personnes aînées visent souvent des fins de semaine. Selon elle, cela suit la supposition que les personnes aînées n'ont rien à faire (rencontre 2), différemment du reste de la société, et qu'elles ont donc le temps et la possibilité de travailler lorsque les autres ne le veulent pas.

Le discours implicite soutenu dans ces exemples voulant que les femmes aînées – et aînés plus largement – ne fassent plus partie de la société qui « bouge » fait écho à celui qui les présente comme « passées » ou « trop vieilles ». En effet, dans certains cas, l'âgisme prend la forme d'une négation du bien-être des répondantes. L'une d'elles notait l'incompréhension de ses proches quant à son souhait de s'offrir une voiture neuve (rencontre 12) ou encore les propos d'un médecin soulignant que « ça vaut pas la peine à votre âge de vous faire des facettes » (rencontre 5). Ces comportements témoignent, selon elles, que leur fin de vie est proche et qu'il est donc inutile d'investir à différents niveaux. Leur bien-être quotidien, en raison de leur âge, ne se trouve pas pris en compte, voire se trouve refusé.

Stéréotypes et la construction d'un rapport ambivalent à l'aide extérieure

Les répondantes se trouvent donc aux prises avec des attitudes d'impatience et de marginalisation, les amenant même dans certains cas jusqu'à nier leur besoin de bien-être. Cela va pouvoir les conduire à développer un rapport ambivalent à demander de l'aide extérieure. C'est ce qui ressort des discussions menées dans le cadre de cette enquête. À l'épicerie par exemple, plusieurs répondantes ont indiqué hésiter à demander de l'aide pour le transport de leurs achats, voire dans certains cas refuser cette aide. La raison du refus peut être qu'elles ne se sentent pas à l'aise (rencontre 15). Dans d'autres cas, cela semble davantage lié à vouloir dissimuler la diminution de leurs capacités.

« Mais il y a 15 jours, je... j'étais allée prendre une marche, puis je suis revenue avec 2 petits sacs d'épicerie qui étaient pas trop pesants. Mais c'était à peu près 1 km et demi en montant tout le long. Bon, puis là, sachant que je marchais, que j'avais mal au dos... puis-là y'a une jeune fille qui dit "Madame, est-ce que je peux vous aider ?" C'est la première fois que je vivais ça. "Non, non, j'y arrive, je suis correcte." J'ai dit : "Coudon, j'avais l'air pas mal d'avoir 80 ans, puis essoufflée." [...] Je me suis dit : "J'aurais dû lui dire "Aide-moi", puis avoir un beau contact." J'ai manqué ma shot encore. » (rencontre 14)

Il est possible d'entrevoir une volonté de ne pas corroborer l'image véhiculée dans la société sur la capacité ou bien l'incapacité des personnes âgées, et donc de se comporter de façon à nier ou à remettre en cause cette image. Néanmoins, ce n'est pas toujours le cas, et certaines participantes affirment accepter l'aide lorsque celle-ci leur est proposée (rencontre 12), percevant cela comme de la bienveillance.

« Il y a pas longtemps, j'ai marché, puis il y a un jeune qui venait prendre l'autobus et il dit : "Madame, faites attention là, c'est glacé, de pas tomber hein." "Je te remercie." J'ai trouvé ça fin. » (rencontre 15)

Néanmoins, le point de bascule entre la bienveillance et l'infantilisation est difficile à identifier, même pour elles, comme le note cette répondante qui se questionnait : « Est-ce que c'est vraiment de la gentillesse ou de la courtoisie ? » (rencontre 8). Et ce, en référence à une personne lui ayant suggéré : « Ne montez pas sur un tabouret, appelez-moi. »

Et même lorsqu'elles semblent identifier ces actions comme de la bienveillance, il faut nuancer le propos. En effet, certaines vont noter que les hommes de 65 ans et plus ne feraient pas l'objet d'une telle bienveillance et que c'est donc l'intersection de leurs identités de femmes et d'« âgées » qui les rend éligibles à cette bienveillance.

« "Madame, vous avez l'air beaucoup plus vieille que moi, je vais vous aider"... Les hommes ne subiraient pas ça. » (rencontre 2)

En ce sens, la bienveillance devient rapidement une forme de discrimination indirecte/involontaire qui s'ancre dans les systèmes d'oppression structureaux que sont l'âgisme et le sexisme. La conformité des femmes de 65 ans et plus à l'image des femmes âgées telles qu'elles existent dans la société n'exempte pas ces dernières d'être victimes d'âgisme et de préjugés en lien avec leur apparence et leur capacité. Même dans les cas où l'image qu'elles reflètent génère des comportements de bienveillance de la part d'autrui, ces derniers s'ancrent néanmoins dans des rapports de domination plus larges, qui placent les femmes de 65 ans et plus en position de vulnérabilité.

« "Madame, vous avez l'air beaucoup plus vieille que moi, je vais vous aider"... Les hommes ne subiraient pas ça. »

(rencontre 2)

CHAPITRE 3

« NE PAS AVOIR L'AIR » D'UNE FEMME « AÎNÉE » : ENTRE INFANTILISATION ET DÉCRÉDIBILISATION

Imposition d'une image et négation de l'expérience vécue

Lorsque l'image des personnes de 65 ans et plus ne correspond pas à la représentation sociale de la femme « aînée », les préjugés demeurent, mais viennent s'exprimer sous des formes différentes. C'est leur entourage – famille ou proches – ou dans certains cas les collègues de travail qui définissent pour elles l'image qu'elles doivent présenter en lien avec leur âge.

« J'ai trois filles... Elles surveillent ma garde-robe, elles regardent comment je m'habille. J'ai pas pu m'habiller comme ça. "Tu peux pas, ça pas de bon sens à ton âge." Mais c'est de l'âgisme pareil, mais c'est mes filles qui me font ça. J'arrive pas à m'en sortir, c'est mes filles, je les crois, et des fois je me dis : "Oh non ! enlève ça de ta garde-robe, enlève ça, enlève ça, fais plus ça, tu peux pas faire ça. " Puis, mais c'est pareil. » (rencontre 12)

« "À l'âge que t'es rendue", c'est de l'âgisme ça. "À l'âge que t'es rendue, ben là, la couette là, les cheveux longs, me semble que à l'âge que t'es rendue là, ce sont les cheveux courts là." » (rencontre 12)

« Les enfants, par exemple, pensent qu'on est moins capables, ils nous donnent trop d'explications, même si c'est toutes des choses que je sais... Ils pensent qu'ils ont besoin de nous protéger. »

(rencontre 12)

Les préjugés concernent ainsi tant la façon qu'elles ont de se vêtir que la façon qu'elles se coiffent. Selon l'image véhiculée ici, les femmes de 65 ans et plus auraient des cheveux courts et une garde-robe spécifique qui permettraient de les identifier (à leur groupe d'âge). Il n'a pas été possible de déterminer dans le cadre de l'enquête si ces prescriptions relatives à l'apparence existaient différemment pour les hommes de 65 ans et plus. Néanmoins, l'imposition d'une image prédéfinie par leurs proches diffère du regard qu'elles portent sur elles-mêmes (rencontre 4), de la pratique qu'elles ont de leur âge, et des limitations en termes d'apparence qui sont associées.

Et cette définition par autrui de ce qu'elles peuvent ou doivent être ne concerne pas seulement leur apparence, mais aussi leur capacité. Les femmes de 65 ans et plus ont en effet des (in)capacités liées à leur âge qui leur sont attribuées par leur entourage, et qui viennent nourrir une volonté de « mater », voire de « contrôler » – en tous cas d'interférer – dans différents domaines de leurs vies respectives. « Les enfants, par exemple, pensent qu'on est moins capables, ils nous donnent trop d'explications, même si c'est toutes des choses que je sais... Ils pensent qu'ils ont besoin de nous protéger » (rencontre 12). Dans certains cas, ces présomptions de diminution des capacités vont pouvoir avoir une incidence sur leurs interactions avec leurs proches, comme cette répondante qui expliquait :

« Je ne les garderai pas [les petits-enfants], je me fais toujours surveiller... parce que je suis rendue dans les 70 ans. » (rencontre 13)

Ou cette autre participante qui rapportait les propos de sa fille :

« T'as besoin d'être prudente, sors pas le soir. » (lorsqu'elle part en voyage) (rencontre 10)

On note ici une forme d'infantilisation qui vient nier l'agentivité des femmes de 65 ans et plus à être responsables d'elles-mêmes et des autres, à identifier leurs propres limites, à pratiquer leurs activités et à vivre leur âge comme elles le souhaitent. Ce sont des formes d'injonction qu'elles retrouvent aussi en lien avec le potentiel danger que représente pour elles de « sortir l'hiver » ou encore de pelleter la neige (rencontre 5). Donc, lorsque, par leur apparence physique ou leurs attitudes/comportements, les répondantes ne s'alignent pas avec ce qui est attendu de la société pour des femmes de 65 ans et plus, elles se trouvent réprimées et contenues dans leur façon d'expérimenter et de pratiquer leur âge.

Entre décrédibilisation et violence : le cas particulier du système de santé

En dehors des espaces familiaux et de travail, ces logiques infantilisantes sont aussi observées par les répondantes à la quincaillerie ou chez le garagiste par exemple, où elles notent une utilisation récurrente du qualificatif de « petite madame », par lequel elles se sentent diminuées. Dans ces espaces qui sont plus traditionnellement des espaces masculins, la superposition de leur âge et de leur genre les place une fois de plus en situation de plus grande vulnérabilité et de plus grande marginalisation. Une des répondantes indiquait notamment que cette différence dans le traitement entre hommes et femmes pourrait reposer sur le fait que les femmes en général posent trop de questions ou veulent davantage converser avec leurs interlocuteurs. Cette impression est aussi présente lorsqu'elles se rendent chez le médecin.

Cet espace apparaît comme un condensé de l'ensemble des logiques précédemment décrites. L'infantilisation présente se manifeste notamment avec des professionnels de la santé qui ne s'adressent pas aux femmes directement.

« J'étais avec ma fille, il parlait à ma fille. [...] ça arrive souvent. [...] Puis, nous autres, on peut attendre plus, on travaille plus, fait qu'on peut attendre. On perd de la crédibilité face au réseau de santé. Aux autres, ils coûtent cher au réseau de santé. Mais c'est normal. » (rencontre 5)

Comme cela transparait de l'exemple ci-dessus, cette infantilisation peut générer un sentiment de perte de crédibilité des répondantes au sein du réseau de la santé. Cette décrédibilisation est aussi notée en lien avec l'apparence physique des femmes de 65 ans et plus. Une des répondantes soulignait en effet la difficulté à recevoir des diagnostics et à être prises au sérieux lorsque leur apparence physique semble leur donner moins que leur âge effectif, ou si elles sont trop en forme (rencontre 12). Une fois de plus, ces attitudes des professionnels de la santé ne reconnaissent pas aux femmes de 65 ans plus leur agentivité dans leur capacité à gérer et connaître leurs problèmes de santé.

« T'as besoin d'être prudente, sors pas le soir. » (lorsqu'elle part en voyage)

(rencontre 10)

Dans d'autres cas, l'infantilisation vient se confondre avec la culpabilisation.

« Je me suis cassé une jambe, moi, pendant la pandémie. J'ai fait ça en pelletant, la façon dont j'ai été traitée. Incroyable. Ben, c'est ça, on n'aurait pas dû sortir. Puis c'était quoi l'idée d'aller marcher sur la glace. La façon qu'on était accueillis quand on a une jambe cassée à 65 ans et plus. C'est comme c'est normal là, ils n'ont pas d'affaire à sortir l'hiver, les vieux là. Si le trottoir est glacé, tu restes chez vous. » (rencontre 5)

De manière générale, les répondantes ont noté un manque de respect du milieu médical à leur égard. Et les doubles logiques d'infantilisation-décrédibilisation et d'infantilisation-culpabilisation qui participent à ce processus contribuent à les placer dans une position de vulnérabilité.

À partir des paragraphes précédents, deux logiques apparaissent. La première émerge lorsque les répondantes – et les femmes de 65 ans et plus, plus largement – sont « conformes » à l'image et aux capacités qui sont attendues d'elles. Elles se trouvent mises à l'écart pour leur appartenance à la catégorie des femmes « aînées », et cette mise à l'écart envoie le message qu'elles ne font plus partie de la société active, de cet espace où les individus ont un rôle à jouer, une place. Différemment, lorsqu'elles ne se « conforment » pas à ce qui est attendu d'elles apparaît une volonté de les limiter et de les restreindre pour les ramener vers la catégorie sociale à laquelle elles appartiennent par leur âge et/ou leur apparence physique.

CHAPITRE 4

REFUS D'UNE CATÉGORIE SOCIALE IMPOSÉE : VIEILLIR CE N'EST PAS ÊTRE VIEILLE

Cependant, face aux stéréotypes et prescriptions qui sont véhiculés dans les médias, par les gouvernements, mais qu'elles expérimentent aussi dans leur vie quotidienne, les répondantes ont le plus souvent refusé une identification au terme « aînée ».

Une personne aînée, c'est qui ? De la santé et de l'âge

À la première question de l'enquête « Que signifie pour vous être une femme aînée dans votre milieu ? », la majorité des répondantes ont répondu ne pas se sentir visées par ce terme.

« Je me trouve pas aînée malgré mes 75 ans. » (rencontre 5)

« Une personne aînée, c'est qui ? Moi, je ne me sens pas comme une aînée, mais je sais que je suis dans l'âge d'être une aînée. » (rencontre 7)

« Moi, je me dis que dans la soixantaine, on commence à être des personnes aînées, mais ça veut pas dire qu'on est vieux. Puis on peut avoir aussi des idées plus jeunes. Pareil. Mais, faut accepter aussi de dire qu'on est une aînée. Moi, je me considère comme une aînée, mais je le considère par l'âge. » (rencontre 12)

Dans les extraits précédents, on voit nettement apparaître l'importance de l'âge dans la relation que les répondantes établissent – ou plutôt n'établissent pas – avec le terme « aîné ». Dans certains cas, cette association est vécue comme « injuste » ou comme une « étiquette péjorative » qui vient nier l'agentivité⁹ des femmes à s'approprier leur âge et la façon dont elles veulent (le) vivre¹⁰ (rencontre 5).

On voit aussi émerger une distinction entre le terme « vieux » et celui d'« aînés », mais toujours en lien avec l'âge. Et le terme « vieux » est généralement utilisé pour renvoyer à des personnes ayant des problèmes de santé, qui se matérialisent principalement dans une incapacité physique.

« Je pense que quand on est vieux, c'est qu'on est en chaise roulante ou qu'on a besoin de quelqu'un d'autre pour nous aider, c'est qu'on n'a pu les capacités d'agir, d'être autonome complètement. Donc on est vieux, parce que c'est péjoratif, donc c'est péjoratif. C'est vrai, il nous manque quelque chose. Quand il vous manque rien, puis qu'on sent qu'il nous manque rien, on n'est pas vieux. » (rencontre 12)

Ainsi, il faut remarquer une fois encore que la distanciation entre un âge et le terme « vieux » repose sur l'opposition entre une personne en santé et une personne

**« Une personne aînée, c'est qui ?
Moi, je ne me sens pas comme une aînée, mais je sais que je suis dans l'âge d'être une aînée. »**

(rencontre 7)

⁹ « Le terme d'*agentivité* est un néologisme issu de la traduction de la notion anglophone d'*agency*. Au sens large, l'*agency* désigne la capacité de l'être humain à agir de façon intentionnelle sur lui-même, sur les autres et sur son environnement. » Jézégou, A. (2022). « Agentivité », dans Anne Jorro éd., *Dictionnaire des concepts de la professionnalisation*, Louvain-la-Neuve, De Boeck Supérieur, p. 41-44 (<https://doi.org/10.3917/dbu.jorro.2022.01.0041>).

¹⁰ Citation originale : « Aîné c'est péjoratif. C'est une étiquette qu'on nous donne. Y'en a qui aime, y'en a qui aime moins. Il y a toute sorte de gens aînés. [...] C'est comment on veut vivre qui est important. » (rencontre 5).

qui ne l'est pas (pour le second cas). « Aîné » et « vieux » ne sont pas mobilisés par les répondantes de façon interchangeable. En revanche, ces mots s'articulent toujours autour de la dissociation entre l'atteinte d'un âge prédéfini et un état de santé en déclin. Et souvent, les répondantes vont noter ne pas penser à leur âge (rencontres 10 et 11) ou ne pas ressentir leur âge (rencontre 3). Ce rapport à l'âge peut sans doute fournir une piste d'explication dans le rapport que les répondantes entretiennent avec les stéréotypes et préjugés dont elles sont l'objet. Si ceux-ci créent chez elles, parfois, un sentiment de tristesse (rencontre 15) ou de blessure (rencontre 13), certaines s'en trouvent néanmoins très peu affectées (rencontres 4, 10 et 14). La « réalité » sociale, psychologique ou physique associée à l'atteinte d'un âge prédéfini pourrait découler d'une construction sociale qui a pénétré les représentations que les répondantes ont eues et continuent d'avoir également des personnes de 65 ans et plus, à l'image de cette répondante qui indique :

« Moi, à 15 ans, une femme de 50 ans, elle était vieille. Je les ai dépassés depuis longtemps et j'me sens pas vieille. » (rencontre 12)

« Ça ne me fait rien de vieillir, mais je ne veux pas devenir vieille. »

(rencontre 11)

Néanmoins, ce que l'on constate, c'est que peu importe les termes utilisés, le fil conducteur ici apparaît dans une tentative de déconstruire l'association établie par le gouvernement entre l'atteinte d'un âge – 65 ans et plus –, le basculement que celui-ci entraîne dans une catégorie sociale imposée – celle de personne aînée – et un déclin de l'état de santé. Il faut cependant nuancer cette affirmation, en soulignant que la majorité des répondantes de l'enquête sociodémographique – 54 sur 58 – ont affirmé ne pas avoir de handicap et donc avoir un état de santé physique tout le moins qui leur permet de rester actives, compétentes et non assistées.

Vieillir comme un apprentissage

À cette déconstruction participe la distinction opérée par les répondantes entre être vieilles et « vieillir ».

« Ça ne me fait rien de vieillir, mais je ne veux pas devenir vieille. » (rencontre 11)

Dans le premier cas, la connotation est négative, comme cela est présenté en amont. Dans le second, il s'agit davantage d'un processus induisant des changements et des deuils. Vieillir n'est pas associé à l'incapacité, mais plutôt à la transformation – essentiellement physique – de l'image, mais aussi justement de la capacité.

Le vieillissement, d'abord, impose un changement de regard sur soi aux répondantes. Ce changement de regard pour certaines fait écho à la dissociation entre leur âge et la façon dont elles se perçoivent dans le monde – comme discuté dans le chapitre précédent. Il apparaît, en effet, qu'elles n'ont pas une réelle conscience de la transformation de leur apparence. Et cette conscience émerge dans l'interaction avec d'autres femmes de leur âge qu'elles décrivent ou perçoivent comme ayant physiquement des traits plus « âgés ».

« Des fois, on se voit pas vieillir. On regarde même le monde et on se dit "mon Dieu qu'elle est vieille elle !" [...] un soir, tu te dis : "Pourquoi je me suis regardée dans le miroir ?" Bon. » (rencontre 14)

Dans d'autres cas, le changement de regard sur soi s'opère davantage en lien avec la conscience du changement du corps et l'installation d'une forme de pudeur (rencontre 10). Dans la même rencontre, une des répondantes explique notamment :

« Je ne mets plus de legging, car ce n'est plus de mon âge. Ou alors je mets une chemise longue qui me couvre les fesses. [La répondante 1 acquiesce] [...] Par respect [pour les autres], on ne va pas se mettre en bikini à la piscine. » (rencontre 10)

Apparaît ici aussi le poids des normes sociales qui dictent comment une femme de 65 ans et plus doit se vêtir et comment ces normes deviennent une forme de limitation pour les répondantes. Et il est possible d'observer le lien entre cette forme d'autolimitation et des limitations telles qu'elles résultent de l'entourage ou des proches, dans cette relation aux normes sociales.

Au-delà de l'apparence physique, c'est aussi la question des capacités que le vieillissement fait apparaître. Dans les activités de la vie quotidienne comme dans les loisirs, les répondantes soulignent souvent que les changements physiques impliquent de nouvelles façons de pratiquer les loisirs ou leurs activités. Par exemple, la marche s'accompagne désormais de bâtons (rencontres 10, 12 et 15). Il peut s'agir aussi d'une diminution du volume d'activités :

« Oui, c'est comme si pour l'instant je... je vieillis pas là. Je vise... À 82 ans là, peut-être que je vais commencer à en parler. Pour l'instant... Mais dans mon corps, je le sais là, mon ski de fond, mon ski alpin là. Tous mes sports là... mon Dieu qu'on a ralenti, puis que... faut plus que je me donne hein. Il faut que je me ralentisse en tout si je veux continuer à les faire jusqu'à 80. » (rencontre 14)

« Oui. Du sport. Du ski. On connaît nos limites. » (rencontre 1)

Dans d'autres cas, le vieillissement implique d'abandonner certaines activités :

« J'ai aimé faire du ski alpin, mais j'ai pu les jambes pour ça. » (rencontre 10)

Ce que l'on constate, c'est que le vieillissement est surtout une question d'adaptation plutôt que de limites. Si certaines activités peuvent être abandonnées, il s'agit davantage en général d'adapter le volume ou la sécurité dans l'activité afin de pouvoir en poursuivre la pratique. En ce sens, le vieillissement n'apparaît pas limitatif, mais plutôt adaptatif.

Cela ne signifie pas que faire ces deuil soit chose facile. L'acceptation est un processus qui est « difficile » (rencontre 6) et qui nécessite de l'« humilité » (rencontre 10). Mais la diminution des capacités physiques ou le changement d'image ne sont pas regardés comme des préjudices limitants – faisant obstacle à – la participation sociale, et cela principalement parce que ces phénomènes visent le maintien en santé.

« On ne veut pas se casser les os. » (rencontre 12)

« Vieillir en santé, c'est l'important. » (rencontre 13)

« Je ne mets plus de legging, car ce n'est plus de mon âge. Ou alors je mets une chemise longue qui me couvre les fesses. [La répondante 1 acquiesce] [...] Par respect [pour les autres], on ne va pas se mettre en bikini à la piscine. »

(rencontre 10)

Et ici encore, il est possible de voir apparaître un écho ou un lien entre les stéréotypes véhiculés à l'échelle structurale qui renvoie les personnes de 65 ans et plus à l'idée d'incapacité, de dégénérescence de la santé, et la volonté de rester en santé. Cette échelle sous-entend que demeurer en santé, c'est aussi ne pas s'inscrire encore dans cette catégorie sociale comme le souligne cette répondante qui indique que « tant qu'on est en santé, on n'est pas âgée » (rencontre 11). Pratiquer des activités physiques, cela leur permet d'être qualifiées de « capables », et la diminution ou l'adaptation de ces activités sécurise d'une certaine manière leur non-appartenance au groupe des « aîné.e.s ». Cette même idée est aussi présente en lien avec les transformations du corps, à l'image de cette répondante qui indiquait que, malgré l'âge qui avance, prendre soin de soi et la coquetterie notamment, « c'est un signe de bonne santé mentale et de fierté » (rencontre 5).

En ce sens, le vieillissement comme processus est généralement regardé comme « beau » (rencontre 3) et comme une progression, un apprentissage (rencontre 5).

CHAPITRE 5

LES MULTIPLES FACETTES DE LA PARTICIPATION SOCIALE DES FEMMES DE 65 ANS ET PLUS

La participation sociale est partie intégrante de ce vieillissement. Et c'est quand la participation sociale s'arrête complètement qu'apparaît le « devenir vieille » (rencontre 11) dans les discours des répondantes. Cette participation sociale, elle est multiforme. Et au travers des différentes discussions, il est apparu que les femmes s'impliquent dans des espaces divers allant de la famille à la communauté, en passant par le travail également. Au sein de ces différents espaces, elles occupent des rôles différents, tantôt de proche aidante, de grand-mère, de bénévole ou encore d'employée. Et les raisons qui motivent leur implication dans une forme de participation plutôt qu'une autre, ou dans un organisme plutôt qu'un autre, sont autant diverses que les femmes qui ont été interrogées.

Les espaces de la participation sociale

Au sein de la famille d'abord, la participation se manifeste dans la proche aidance et le grand-maternage¹¹. La proche aidance vise tant les parents que les frères et sœurs, cousines et cousins, de même que les conjoints et conjointes. L'enquête sociodémographique a en effet révélé que 6 des répondantes avaient ou prennent soin de leur conjoint, et 13 offrent un soutien significatif à un membre de leur famille. Le grand maternage vise principalement les petits-enfants, dont le nombre varie entre 12 et 1. Pour certaines d'entre elles, elles sont aussi arrière-grands-mères. Par ailleurs, d'autres ont indiqué toujours prendre soin de leurs enfants, une en aidant à s'occuper des terres agricoles (rencontre 2), une autre en continuant de faire le ménage chez son garçon (rencontre 4), par exemple.

Au sein de la communauté, la participation sociale prend diverses formes comme le bénévolat, l'implication dans des activités de loisirs, mais aussi le retour à l'emploi. Relativement au retour à l'emploi, les répondantes ont davantage partagé les enjeux en lien avec celui-ci que les emplois qu'elles ont pu occuper. Ce point sera étudié dans la section suivante. Sont donc principalement abordés ici le bénévolat et les activités de loisirs. Et avant d'aller plus loin, il faut noter la variété et le fort degré des implications des répondantes. En ce qui a trait au bénévolat, les répondantes agissent dans des organismes très divers, comme des organismes pour les personnes atteintes de cancer ou en fin de vie, ou encore auprès de personnes en situation de vulnérabilité, comme celles nécessitant une aide alimentaire par exemple, ou dans un autre registre, auprès de nouveaux arrivants. Leur implication peut aussi se faire dans un domaine plus politique, comme les conseils municipaux ou de la défense de droits. Nombreuses sont celles qui s'impliquent ou se sont impliquées dans les conseils d'administration d'organismes dans lesquels elles avaient été ou sont devenues par la suite bénévoles ou simplement « clientes ». C'est souvent le cas pour les centres de femmes. Cette donnée apparaît cependant peu surprenante si l'on considère que tous les centres Femmes des MRC sélectionnées ont participé à diffuser les annonces de

¹¹ Le « grand-maternage » fait ici référence au fait de s'occuper et de prendre soin des petits-enfants.

recrutement pour la présente recherche et que c'est souvent dans ces lieux que les rencontres de groupes se sont déroulées. Finalement, il est possible de retrouver les répondantes également dans les friperies, les bibliothèques ou encore les célébrations funéraires (il semble cependant que cette forme de participation ait disparu avec la pandémie).

Les loisirs sont tout autant nombreux et diversifiés que les activités de bénévolat, et se distinguent selon qu'il s'agisse d'activités physiques, sociales et/ou cognitives. Comme noté dans les chapitres précédents, le vieillissement, s'il limite les activités des répondantes, ne les élimine pas complètement – pour la majorité d'entre elles. Ainsi, elles pratiquent la natation, le yoga, le ski de fond et la raquette, puis elles prennent part à des soirées dansantes pour celles qui apprécient cette activité. La marche est également une activité largement pratiquée par les répondantes. D'autres participent, avec leurs petits-enfants, à des matchs de soccer ou font de la randonnée. Les activités organisées dans le cadre du programme ViActive, qui propose des « activités adaptées aux personnes âgées et des soupers » (rencontre 4), ou de Brochette Santé obtiennent aussi un franc succès lorsque disponibles dans les municipalités. Les activités de loisirs peuvent également avoir une dimension cognitive permettant aux répondantes de toujours se sentir alertes – comme Cerveau Actif et Remus Mninges – et à la page en matière d'évolution technologique. Les répondantes sont plusieurs à suivre des cours de langue ou des cours à l'université des aînés¹². La lecture constitue par ailleurs un passe-temps mentionné à différentes reprises dans les discussions. Finalement, les loisirs peuvent en outre être culturels, comme se rendre au théâtre, au cinéma et à des spectacles, chanter dans des chorales ou encore prendre part à des activités de peinture ou de couture.

La plupart de ces activités poursuivent une volonté de socialisation pour les répondantes. Et certaines vont jusqu'à créer leur propre loisir ou regroupement afin de trouver d'autres femmes avec les mêmes centres d'intérêt ou encore d'améliorer la qualité de vie de leur communauté. L'une des répondantes a notamment créé des groupes Facebook pour rencontrer et discuter avec d'autres femmes voyageant avec leurs animaux. Une autre a mis sur pied un projet de jardin communautaire pour améliorer la vie autour de son logement.

¹² Les participantes font ici référence à l'Université du 3^e âge de l'Université Laval (UTA-UL) qui propose des cours dans un éventail de domaines aux personnes de 50 ans et plus (<https://uta.ulaval.ca>) et à l'Association des aînées et aînés de l'UQAR (ADAUQAR), laquelle offre en partenariat avec l'Université du Québec à Rimouski (UQAR) des formations et conférences pour les personnes de 50 ans et plus vivant dans les régions du Bas-Saint-Laurent, de la Chaudière-Appalaches, de la grande région de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine et du secteur ouest de la Côte-Nord (<https://www.adauqar.ca/association/presentation>) (consulté le 16 juillet 2023).

Il convient de mentionner ici également l'existence de l'Institut du troisième âge de Thetford Mines (ITÂT) qui organise des cours et des ateliers pour tous les adultes intéressés. Ces activités se déroulent à la Maison de la culture (<https://www.itat-tm.com>).

Entre intérêt personnel et entourage : les déterminants dans le choix de l'action bénévole

L'offre de loisirs et les occasions de bénévolat¹³ sont donc grandes, et les répondantes peuvent « magasiner » (rencontre 6) en fonction de leurs intérêts. Et ce sont particulièrement leurs intérêts qui guident leurs choix à s'investir dans les unes ou les autres des possibilités de bénévolat et de loisirs qui leur sont proposées. Néanmoins, pour le bénévolat, l'idée d'intérêt recouvre une réalité très variable à l'image des deux extraits ci-après.

« Oui. Puis apprendre. Je pensais... je pensais de connaître les légumes parce que j'ai été élevée sur une ferme et j'ai vu qu'il y avait plein de nouveaux légumes qu'on pouvait cultiver. Puis les légumes avaient même changé de nom. Fait que c'est sûr que c'est apprendre, puis comment que ça se cultive, puis comment qu'on l'entretient. Puis j'ai trouvé ça très intéressant. » (rencontre 15)

« Il y a beaucoup de jeunes qui veulent apprendre [...] J'ai acquis des connaissances et maintenant je veux les partager. On fait beaucoup d'interventions dans les écoles. » (rencontre 4)

L'intérêt de choisir un organisme ou un domaine pour faire du bénévolat peut donc provenir d'un intérêt à apprendre, à découvrir des choses nouvelles ainsi qu'à élargir ses compétences et connaissances. Mais le choix peut aussi résulter davantage d'un intérêt à transmettre ses compétences et connaissances acquises au cours d'un parcours professionnel. Il est possible de retrouver cette même idée de transmission de savoirs en lien avec le grand-maternage et la transmission entre les générations. Néanmoins, dans ce dernier contexte, le partage de savoirs est davantage axé autour d'une connaissance de la vie plutôt que de compétences professionnelles spécifiques.

Par ailleurs, le rôle de l'entourage dans la décision de s'investir dans telle ou telle activité bénévole n'est pas non plus à ignorer.

« Ta meilleure amie te demande d'entrer bénévole à quelque part... Elle m'a cassé un bras gentiment. » (rencontre 2)

« Ma tante était dans les Femmes chrétiennes ; ça a fermé en 2019. C'est elle qui m'a amenée. » (rencontre 1)

« J'ai commencé à aller à Hop La vie ! pour ma mère. » (rencontre 11)

Il faut constater que l'entourage peut tout aussi bien qualifier ici la famille proche que les amies, et que l'action bénévole, dans certains cas, peut aussi découler d'une forme de « tradition familiale » qui est poursuivie par les répondantes. Le besoin en communication des différentes activités de bénévolat apparaît donc variable entre celles qui se trouvent déjà, du fait de la famille et/ou l'entourage des répondantes, dans la trajectoire menant à l'implication, et les autres qui nécessitent cette sollicitation externe. Et puisqu'il apparaît au travers des rencontres que l'implication dans le bénévolat se fait principalement par le biais de cercles plus restreints, cela pose la question des offres de participation pour femmes qui ne bénéficient pas de ces relations préalables (peut être particulièrement dans les zones plus rurales).

¹³ L'attention est ici essentiellement portée sur les loisirs et le bénévolat qui demeurent des choix pour les répondantes, différemment de la proche aidance et du grand-maternage qui apparaissent davantage imposés. Néanmoins, dans le chapitre 6 du présent document, une nuance sera apportée à l'idée de libre choix dans la pratique de loisirs, et l'implication bénévole particulièrement. En effet, tout comme la proche aidance ou le grand-maternage, les loisirs et le bénévolat répondent à des prescriptions sociales plus larges qui viennent indirectement et inconsciemment restreindre le ou les choix des répondantes.

« Il y a beaucoup de jeunes qui veulent apprendre [...] J'ai acquis des connaissances et maintenant je veux les partager. On fait beaucoup d'interventions dans les écoles. »
(rencontre 4)

CHAPITRE 6

LA PARTICIPATION SOCIALE À L'INTERSECTION DE L'ÂGE ET DU GENRE : LE POIDS DES PRESCRIPTIONS SOCIALES

Au travers des rencontres, il apparaît aussi que la participation sociale, dans ses diverses manifestations, a une forte dimension normative qui s'ancre dans l'âge et le genre des répondantes. La participation répond à un besoin de se sentir utile qui, selon les femmes interrogées, découle de leur appartenance à une certaine génération de femmes à travers laquelle elles se qualifient souvent volontiers d'aidantes. Et cela est particulièrement vrai pour la proche aidance et le grand-maternage. L'implication bénévole semble aussi guidée par le passage à la retraite des répondantes, lequel a une place centrale dans la compréhension qu'elles développent de leur utilité sociale.

Aidante naturelle : une question de génération et de genre

La participation sociale est un moyen de « redonner à la communauté » (rencontre 10), mais cela est profondément lié à l'idée de génération, et particulièrement au rôle des femmes au sein de cette génération. Nombreuses sont celles qui indiquaient être responsables de l'entretien ménager et de l'éducation des enfants. Elles occupaient aussi des emplois axés sur la relation d'aide (infirmière, enseignante).

« [...] mais c'est parce que souvent on parle d'un couple, tu vois les divisions, hein, de tâches, puis les tâches [...] quand vous dites on est spécialiste de la tendresse puis on est spécialiste de... de la gentillesse, mais on fait du bénévolat, t'sais même dans nos vies engagées, on fait du bénévolat. [...] Bon tu sais comme un homme qui fait la vaisselle. Tu sais, on voyait pas ça dans les annonces. La femme faisait vaisselle. Tu sais, il y a des tâches comme ça qui font que... » (rencontre 14)

En ce sens, elles affirment un sentiment d'appartenance à la communauté qui les conduit inéluctablement à vouloir se rendre utiles et à s'investir pour aider les autres (rencontre 10). Dans de nombreux cas, on remarque l'intériorisation des caractéristiques propres aux femmes telles que véhiculées par la société, comme celle de prendre soin. Une répondante indique notamment que certaines formes de bénévolat qui nécessitent de l'attention et de la tendresse vont davantage accueillir des femmes bénévoles puisqu'elles disposent naturellement de ces compétences (rencontre 14). La religion a pu être identifiée comme une des raisons à cette position d'aidante qui leur a été attribuée par la société (rencontre 10).

Et leur « prédisposition » à aider est particulièrement visible en relation avec la proche aidance et le grand-maternage. Dans leur famille, elles sont souvent celles qui aident ou ont aidé, et pour plusieurs, cela n'apparaissait pas comme une prescription imposée puisqu'il en a toujours été ainsi :

« J'ai toujours été la personne qui aide. » (rencontre 6)

La proche aidance, néanmoins, fait peser sur les femmes une charge mentale supplémentaire. Certaines mentionnent la difficulté d'être « officiellement reconnue comme proches aidantes... besoin d'aller voir le médecin pour le faire déclarer... c'est très très long » (rencontre 3).

« T'es tellement prise là-dedans, tu les appelles dans la nuit, t'es là 24 heures...

En ce sens, elles affirment un sentiment d'appartenance à la communauté qui les conduit inéluctablement à vouloir se rendre utiles et à s'investir pour aider les autres.

(rencontre 10)

On se valorise là-dedans [la proche aidance] et quand t'as plus ça, il faut que tu te trouves une autre valorisation quelque part. T'sais, on est essouffées quand on s'occupe de nos parents. » (rencontre 10)

On voit un essouffement et une fatigue dans l'aide qui est fournie. Par ailleurs, cela peut aussi s'accompagner de défis lorsque la personne aidée vient à disparaître. La disparition du conjoint, notamment, conduit souvent à une redéfinition du rôle de la femme dans la gestion de sa vie quotidienne, comme le précise cette répondante :

« Confrontée à des évènements que je ne suis pas habituée de vivre et des décisions que je ne suis pas habituée de faire... c'est difficile. Vu que j'habite en dehors de la ville, je n'ai pas de ressource [en mentionnant qu'elle a beaucoup de tâches sur sa ferme et qu'elle traverse beaucoup de difficultés depuis la mort de son mari]. Je ne peux pas vivre une vieillesse tranquille. » (rencontre 6)

Face aux besoins de la famille, ce sont souvent leurs loisirs ou leur volonté de faire du bénévolat qui se trouvent abandonnés. Celles qui ont des petits-enfants et la possibilité de passer du temps avec eux préfèrent délaisser le bénévolat (rencontre 1) pour lequel elles ont assez donné (rencontre 8) et ainsi se concentrer sur leurs petits-enfants. Ce gardiennage est différemment vécu par les répondantes. Elles voient dans ce rôle un moyen de partager avec la jeune génération, de transmettre un certain savoir à leur descendance.

Ce rôle d'aidante est cependant vécu différemment par les répondantes. Certaines le perçoivent comme un cadeau, tandis que d'autres considèrent qu'il existe une forme d'abus de leurs enfants quant à la présomption de leur disponibilité (pour leur grand-maternage). Elles notent en effet que les nouvelles générations qui sont fortement impliquées dans la vie active s'appuient beaucoup sur les grands-parents pour prendre soin de leurs enfants (rencontre 11). D'autres qualifient le fait de prendre soin des parents ou *conjoints de* « sacrifice », comme un obstacle pour elles à profiter entièrement du temps libre donné par leur passage à la retraite (rencontre 10).

En effet, face aux impératifs familiaux, les loisirs et le bénévolat n'apparaissent plus comme des priorités.

« Je n'ai pas de petits-enfants. C'est pour ça que j'ai fait le choix du bénévolat. » (rencontre 5)

« Quand on n'a pas de... d'enfant à s'occuper, quand on travaille, qu'on arrête de travailler... Ben, mon mari a été malade. Il était huit ans sans parler. Il est décédé en 2016, ça fait que de m'occuper, ça me fait sortir de la maison et penser à autre chose. Je me sens utile quand même aussi. C'est ma sortie sociale. » (rencontre 12)

Le bénévolat ou les loisirs apparaissent comme des possibilités conditionnées par l'absence des autres formes de participation sociale que sont la proche aidance et le grand-maternage. Ils passent après les impératifs familiaux dans la majorité des cas et sont vécus davantage comme des moyens de pallier le vide laissé par le décès des proches ou l'absence de petits-enfants à prendre soin. Et cela est particulièrement vrai lorsque ces évènements se produisent durant la retraite, quand l'occupation liée à l'emploi a disparu ou s'estompe.

On voit que, souvent, le grand-maternage ou la proche aidance vont être priorisés face au bénévolat qui n'intervient que lorsque les femmes ont le temps ou prennent

« Confrontée à des évènements que je ne suis pas habituée de vivre et des décisions que je ne suis pas habituée de faire... c'est difficile. Vu que j'habite en dehors de la ville, je n'ai pas de ressource [en mentionnant qu'elle a beaucoup de tâches sur sa ferme et qu'elle traverse beaucoup de difficultés depuis la mort de son mari]. Je ne peux pas vivre une vieillesse tranquille. »

(rencontre 6)

le temps. Et pour beaucoup, ce temps disponible apparaît surtout dans le passage à la retraite. Cette distinction est importante, car si le grand-maternage ou la proche aidance sont des formes de participation sociale qui peuvent apparaître à différents moments de l'existence, le bénévolat, lui, semble intrinsèquement lié au passage à la retraite et avec lui au basculement vers la catégorie sociale des aîné.e.s. Cela a une incidence sur la façon dont l'aide est comprise et vécue.

Pratiques pour contrer l'inutilité sociale et l'isolement

En effet, le passage à la retraite pour les répondantes suppose une connotation d'inactivité à la fois pour elles, mais qu'elles expérimentent aussi dans leurs interactions sociales. Elles deviennent, selon leurs mots, « moins intéressantes » et « moins visibles » (rencontre 2). L'inactivité est vue comme physique et/ou intellectuelle et suggère que la retraite engendre notamment un manque de « stimulation intellectuelle¹⁴ » (rencontre 10) et une forme d'oisiveté¹⁵ (rencontre 13).

« J'aurais voulu continuer de travailler deux jours par semaine pour me sentir encore utile. » (rencontre 2)

« Retraitée, mais je veux me rendre encore utile. » (rencontre 1)

Le bénévolat vient donc répondre à ce besoin d'utilité sociale. Comme le note une répondante, « la société valorise beaucoup le travail » (rencontre 13). La sortie du milieu du travail est alors souvent vécue comme une perte de valeur et une mise à l'écart de la société active, et le bénévolat, comme un moyen de conserver ou retrouver sa valeur. C'est en ce sens que le bénévolat, même s'il comble un besoin des répondantes, demeure néanmoins dicté par une prescription sociale plus large qui valorise l'activité contre l'oisiveté.

Le passage à la retraite génère aussi une crainte ou une expérience de l'isolement, qui mène à une nécessité de repenser les liens sociaux, comme le suggèrent les extraits ci-après :

« Quand c'est la fin du travail, le social diminue. C'est pas donné comme avec le travail. La motivation à participer, au social, doit venir de soi. » (rencontre 10)

« Pour remplacer parce que quand on est au travail, on pense qu'on a des amis, mais en réalité, c'est des collègues de travail. T'arrêtes de travailler, ta collègue, elle, travaille encore, fait qu'elle est pas disponible pour aller manger ici, faire si faire ça. Faut... faut se faire un autre réseau. » (rencontre 15)

Les relations d'amitié que les répondantes croyaient établies dans le cadre professionnel s'estompent et doivent être remplacées. Et cela passe non seulement par l'implication bénévole, mais également par la participation à des activités de loisirs (rencontres 7 et 14), ou plus simplement le développement et/ou l'entretien de relations avec des amies (rencontre 4). La reconstruction d'un réseau social pour briser l'isolement peut être vue comme particulièrement importante par ailleurs pour les femmes de 65 ans et plus lorsque l'on considère les données démographiques. En effet, puisque les femmes vivent plus longtemps que les hommes, il en résulte

¹⁴ « Avec la retraite, il n'y a pas assez de stimulation intellectuelle. » (rencontre 10).

¹⁵ « Pourquoi t'as déjà pris ta retraite, t'es encore super en forme et active. » « Mais être à la retraite, ça ne veut pas dire que je ne fais plus rien. » (rencontre 13).

« J'aurais voulu continuer de travailler deux jours par semaine pour me sentir encore utile. »
(rencontre 2)

une plus grande probabilité pour elles de se retrouver seules au décès du conjoint, pour celles étant mariées ou en union libre dans des relations hétérosexuelles¹⁶.

Également, comme cela apparaît dans le premier extrait ci-dessus, la reconstruction de ce réseau social – que ce soit par l'implication bénévole ou les activités de loisirs – relève, selon les répondantes, d'une motivation personnelle. On peut observer une responsabilisation des répondantes qui transparait à travers les rencontres.

« Personne va venir te chercher chez vous. » (rencontre 10)

C'est une responsabilisation personnelle de pallier le déficit de social qu'engendre le passage à la retraite et de conserver une activité sociale – à la fois physique et intellectuelle (rencontre 3). Néanmoins, cette responsabilisation personnelle peut, pour certaines, constituer un effort personnel et a pu être apparentée à l'idée de « devoir » (rencontre 13). Dans cette idée de devoir est contenue la représentation de celle qui ne s'implique pas comme inactive, marginalisée, et donc « vieille ». À travers les discours de certaines répondantes, on remarque que les femmes de 65 ans et plus intériorisent en même temps qu'elles rejettent les représentations des personnes âgées telles qu'elles sont véhiculées dans la société. En les mobilisant à leur tour, elles se distancent de cette catégorie de « personne âgée » tout en pratiquant une forme d'âgisme à l'égard de celles – et ceux – qui ne participent pas socialement peut-être par préférence et choix. Et tandis qu'elles ont été plusieurs à critiquer la tendance homogénéisante de la catégorie sociale de « personne âgée » telle qu'elle pénètre la société, elles en déploient pourtant une compréhension similaire.

« On devient vieux quand on arrête complètement. »

(rencontre 11)

Entre âgisme et culpabilité : apprentissage graduel de l'inutilité sociale

Cette forme d'âgisme observée à l'égard de celles et ceux qui ne participent pas¹⁷ s'exerce tant envers les femmes qu'envers les hommes.

« Moi, je vois pas ça ce que vous dites là parce que partout où je vais, il y a toujours plus de femmes que d'hommes. Toutes les activités. Le sport, il y a plus de femmes. Le conditionnement physique. Ici y'a rien que des femmes... Les hommes, ils sont où ? Dans la maison, ils doivent être vieux. » (rencontre 12)

« On devient vieux quand on arrête complètement. » (rencontre 11)

La relation entre inactivité et être vieille apparaît clairement. Dans la pratique, pour les répondantes, cette distanciation avec la catégorie se traduit par une forte recherche d'activités à faire et dans lesquelles s'investir dans le contexte post-retraite.

« Ce que j'ai trouvé difficile aussi, c'est de travailler puis après arrêter. J'étais dans une période-là que je me cherchais de l'ouvrage. C'est effrayant, puis j'en ai même fait, puis j'ai dit : "je vais recommencer les études". À 68 ans, et ils ont fini par me faire rentrer. » (rencontre 14)

« Moi, je suis en train d'évaluer ce que je vais faire... ça va me prendre des projets. » (Étant donné qu'elle vient de prendre sa retraite) (rencontre 7)

¹⁶ Il faut noter que l'enquête sociodémographique conduite auprès des répondantes pour cette recherche ne proposait pas de question sur l'orientation sexuelle, mais uniquement sur le statut matrimonial. Si plusieurs participantes ont indiqué avoir ou avoir eu un conjoint, il est impossible de savoir si l'ensemble d'entre elles se trouvaient dans des relations hétérosexuelles seulement.

¹⁷ Un tel jugement n'a pas été exercé entre les répondantes dans le cadre des entrevues, mais s'adressait le plus souvent à leur entourage (relations amicales, fraternelles ou autres).

Cependant, face à la prescription d'utilité sociale et en lien avec les idées précédemment évoquées de responsabilisation dans l'implication et d'inclusion sociale comme opposition à la marginalisation, un sentiment de culpabilité à ne rien faire peut se développer (rencontre 14). Les femmes de 65 ans et plus peuvent ressentir le besoin de mettre disponible ce nouveau temps libre pour « aider » et « rendre » à la communauté (rencontres 4 et 5).

Il convient néanmoins de nuancer le propos, car toutes les participantes ne voient pas le passage à la retraite comme une continuité du travail. Pour certaines, la retraite, c'est faire ce qu'elles veulent et avoir finalement le temps de prendre du temps (rencontres 13 et 15), une occasion de se concentrer sur elles-mêmes, de « prendre le temps de vivre » (rencontre 9). On remarque aussi qu'au fil des années, l'implication forte dans les activités de bénévolat, notamment, mais également de loisirs, a tendance à s'estomper et à laisser place à l'idée d'accepter d'en faire moins.

« On ne rend pas service à l'autre pis on ne se rend pas service à nous non plus quand on dit toujours oui... ça été dur [apprendre à dire non et à respecter ses limites] [...] Un moment donné, il a fallu que je dise non, j'en avais ben trop. » (rencontre 10)

« Le bénévolat, j'ai fait une croix là-dessus parce que j'en ai trop fait à l'hôpital, j'ai donné beaucoup d'heures... j'ai dit "non, je vais penser à moi"... J'en ai fait des heures à la maison. »

(rencontre 6)

« Le bénévolat, j'ai fait une croix là-dessus parce que j'en ai trop fait à l'hôpital, j'ai donné beaucoup d'heures... j'ai dit "non, je vais penser à moi"... J'en ai fait des heures à la maison. » (rencontre 6)

Le « trop » du bénévolat a pu être attribué au travers des rencontres à un essoufflement des bénévoles. Les répondantes indiquent en effet que ce sont souvent les mêmes personnes qui sont sollicitées par les organismes. À un certain point, le bénévolat n'est plus un plaisir, mais devient un poids sur les épaules (rencontre 9), et elles choisissent de se retirer, d'en faire moins, ou plus simplement de s'occuper de leurs petits-enfants et d'elles-mêmes (comme ce sera démontré dans le chapitre suivant).

Ce désengagement volontaire de l'implication sociale est raconté comme un apprentissage par la plupart des répondantes, un apprentissage afin de se sentir inutiles.

« Moi, je trouve que... moi, j'ai tendance à apprendre à me sentir inutile. Et puis j'aime ça. Je trouve que personnellement, l'idée, c'est d'avoir du plaisir où on va comme bénévole. [...] On dirait que j'ai pas de problème à me sentir de mieux en mieux inutile. » (rencontre 14)

S'il semble donc que les premiers temps de l'après-passage à la retraite soient marqués par une nécessité de s'impliquer pour conserver une place dans la société et se sentir utile, cette nécessité s'amenuise peu à peu pour laisser place davantage à l'idée de « profiter un maximum » (rencontre 4) de la vie. Dans cette trajectoire, les répondantes apprennent donc à être moins impliquées socialement dans le bénévolat, sans se sentir pour autant inutiles socialement. Cette absence de culpabilité leur permet de s'extraire de la prescription sociale d'utilité sans se sentir marginalisées, et de réinvestir et redéfinir à leur manière la teneur de la catégorie sociale de « personne aînée ».

CHAPITRE 7

ENJEUX ET LIMITES ENTOURANT LA PARTICIPATION SOCIALE

La diversité des implications et la volonté de participation sociale n'échappent pas cependant à certains obstacles structurels et/ou personnels qui viennent limiter ou restreindre les possibilités de participation des répondantes de façon durable ou permanente. Parmi ces obstacles, la pandémie de COVID-19 apparue dans les premiers mois de 2020 est venue mettre un frein aux activités proposées par les organismes, mais plus largement a également eu une incidence sur les interactions sociales des femmes interrogées.

L'incidence de la pandémie sur les diverses formes de participation sociale

Bien que les répondantes aient surtout mentionné la pandémie relativement aux stéréotypes véhiculés par le gouvernement de Québec, il n'en reste pas moins qu'elles ont aussi discuté de son incidence sur leur participation sociale, et la participation sociale des femmes âgées plus largement.

Les restrictions sanitaires imposées durant la pandémie ont particulièrement touché les personnes de 65 ans et plus, notamment dans leurs relations avec leurs proches. La vulnérabilité des aîné.e.s telle qu'elle était véhiculée par le gouvernement – et relayée par les médias – a généré au sein des familles une inquiétude de transmettre le virus.

« J'ai tellement pleuré le premier Noël, je devais donner les cadeaux au travers de la porte patio et de pas être capable de les embrasser [...] J'ai souffert de solitude, je n'étais pas loin de la déprime. » (rencontre 13)

Elle a aussi fait naître ou renforcé une responsabilité de protéger les parents et/ou grands-parents, qui a par ailleurs perduré après la fin de la pandémie.

« Ils vont encore faire attention à nous... Avec les petits-enfants, s'il y en a un qui a un rhume ou que ça coule, tu colles pas grand-mou... quelque chose qu'on ne faisait pas avant. » (rencontre 11)

Il est donc possible de voir d'une part, comment la pandémie a renforcé le sentiment d'isolement des répondantes et d'autre part, comment à l'échelle des relations familiales, entre petits-enfants et grands-parents, elle a durablement affecté leur rapport. Cela est d'ailleurs problématique si l'on se rappelle l'importance de ces interactions intergénérationnelles pour les répondantes.

Cette mise à l'écart a aussi été ressentie dans les activités quotidiennes comme la marche, où plusieurs répondantes ont mentionné les regards et les attitudes du reste de la population, y compris des proches.

« J'ai tellement pleuré le premier Noël, je devais donner les cadeaux au travers de la porte patio et de pas être capable de les embrasser [...] J'ai souffert de solitude, je n'étais pas loin de la déprime. »

(rencontre 13)

« Même dans vos connaissances aussi, là il y a des gens que tu connais, puis tu étais d'un côté du trottoir, il s'en va de l'autre parce que dans ce temps-là, c'était ça, pas attraper des microbes, pas attrapé de sortes de choses-là. Non, c'était comme, c'était comme ça, tu sais. C'était parti d'une chose qu'on vivait, c'était pas explicable, mais je m'arrêtera pas de marcher pour ça, mais je vais pas marcher pour jaser là. » (rencontre 15)

Et ce sont des comportements qui ont aussi été vécus pour celles qui se trouvaient à l'emploi et qui se sont fait congédier durant le temps de la pandémie, car elles étaient perçues par leurs employeurs comme à risque (rencontre 11). La pandémie a donc restreint les possibilités d'interactions sociales des répondantes et renforcé leur sentiment d'isolement, même s'il faut ici nuancer cette affirmation. Pour certaines, les appels en visioconférence sont venus pallier le manque de social, pour parfois dépasser la fréquence des interactions telles qu'elles étaient établies au sein des familles avant la pandémie (rencontre 3). Bien entendu, la possibilité d'utiliser la visioconférence dépendait de la connaissance des personnes des nouvelles technologies, mais comme mentionné dans la section précédente, la majorité des répondantes ont témoigné un fort intérêt pour l'apprentissage de ces nouveaux moyens de communication.

En dehors de l'espace familial, la pandémie de COVID-19 a eu des effets variables sur les activités des organismes. Les buffets pour les funérailles auxquels plusieurs répondantes indiquaient prendre part, par exemple, ont totalement disparu, et ces initiatives n'ont pas été renouvelées depuis (rencontre 1). Mais généralement, il s'est davantage agi d'une baisse ou adaptation des activités ou des formules proposées que d'un plus simple arrêt.

« Puis même durant la pandémie, puis on avait quelque chose, on avait besoin, on prenait un rendez-vous, puis on était une personne dans une salle, chacune de bord de table pour aller discuter. (C'est resté ouvert.) Pas pour faire des ateliers ou que ce soit, mais pour être à l'accueil des gens, des membres, parce que c'est juste pour les femmes. » (La répondante parle d'un Centre femmes.) (rencontre 15)

Pour beaucoup, les organismes communautaires n'ont pas entièrement cessé leurs activités. Pour des organismes comme les Centres femmes, certains sont demeurés ouverts afin de continuer à fournir aux femmes des municipalités un lieu de rencontre et d'échange. L'objectif semblait surtout de fournir du soutien à celles qui se trouvaient dans des situations de détresse, de solitude, d'isolement. D'autres organismes qui offraient des soupers aux personnes de 65 ans et plus ont, eux, réduit le nombre de places disponibles de manière à garantir un respect des règles sanitaires en vigueur. Il y a eu une baisse des activités (rencontre 1) plus qu'un arrêt total.

Et la reprise des activités dans l'après-pandémie est encore une fois très variable selon les répondantes, lesquelles affirment que la participation est aujourd'hui égale (rencontre 1), voire supérieure (rencontre 4) à avant la pandémie. Elles indiquent que les restrictions sanitaires imposées et l'isolement vécu ont généré chez elles un fort besoin de resocialiser. Mais ce sentiment d'un retour à la normale n'est pas partagé par toutes les participantes. Plusieurs d'entre elles relatent en effet la difficulté des femmes de 65 ans et plus, mais aussi la leur, à reprendre part

aux activités (rencontre 7). Diverses raisons sont invoquées pour expliquer ce retrait (partiel) de la vie sociale, parmi lesquelles la continuation de la peur ou de l'« anxiété » de la maladie (rencontres 3 et 15) – comme si la pandémie avait laissé une sorte de traumatisme dans la population aînée de manière générale –, ou le développement d'habitudes différentes et notamment de demeurer chez soi (rencontre 11).

Trajectoires personnelles dans les limites à la participation sociale

Néanmoins, d'autres enjeux plus personnels peuvent venir gêner ou limiter certaines formes de participation sociale pour les femmes de 65 ans et plus, ou poser des défis à cette participation. Le vieillissement apparaît comme l'un de ces enjeux.

Bien que les répondantes n'identifient pas le vieillissement comme nécessairement négatif, elles en relèvent cependant les défis qu'il représente parfois pour la participation à certaines activités. Cependant, la façon dont elles rapportent ces défis vise moins le vieillissement en lui-même que l'inadéquation et l'inadaptation des services à ce vieillissement. Sur la question de la conduite par exemple, plusieurs ont rapporté ne plus conduire de soir, moins conduire l'hiver, ou ne plus se rendre à Québec, car cela leur génère une anxiété. Ces limitations compromettent leur capacité à dîner chez des amis, à se rendre à des spectacles, et les répondantes déplorent ici le manque de transports (collectifs ou en covoiturage) ainsi que l'inadéquation des horaires des spectacles la plupart du temps.

« Et quand c'est le soir, c'est uniquement le Théâtre du Petit Champlain. On prend le traversier. Mais les autos, je trouve ça long... faire chauffer le char tout ça, alors c'est ça. Puis j'ai changé les heures. Quand je peux avoir le spectacle qui est à 2 heures, j'avais le voir. » (rencontre 14)

Elles choisissent leurs horaires lorsque cela est possible (rencontre 13). L'enjeu des horaires apparaît aussi en lien avec les loisirs. Par exemple, une participante déplore les horaires inadaptés de la piscine (rencontre 5) ou encore des autobus, que ce soit en région ou dans l'agglomération de la ville de Lévis (rencontre 15). En région, le problème est principalement la présence des autobus et le manque de choix quant aux horaires et aux jours. Dans l'agglomération de Lévis, le système de transport est construit, selon une répondante, sur les besoins des personnes actives et non pas des personnes qui ne travaillent plus. Le transport en commun est donc disponible en fonction des horaires habituels de travail, mais beaucoup moins le reste de la journée, ce qui rend difficiles et longs les déplacements.

Une autre problématique, quoique moins récurrente que la première qui émerge des rencontres, est les limitations que les femmes s'imposent elles-mêmes en lien avec leur âge. Il faut mentionner que peu d'entre elles ont eu recours au concept d'auto-âgisme même si la réalité qu'elles décrivaient y faisait référence. Ainsi, elles vont pouvoir limiter leur participation à des activités intergénérationnelles, comme cette répondante qui indique « (n)e pas aller danser le swing, car il n'y a que des jeunes. Alors on n'y va pas » (rencontre 5), ou cette autre qui fait part de son malaise à participer à des « activités pour les jeunes familles » (rencontre 1).

« Et quand c'est le soir, c'est uniquement le Théâtre du Petit Champlain. On prend le traversier. Mais les autos, je trouve ça long... faire chauffer le char tout ça, alors c'est ça. Puis j'ai changé les heures. Quand je peux avoir le spectacle qui est à 2 heures, j'avais le voir. »

(rencontre 14)

« Moi, j'ai essayé Albatros , mais je n'ai pas été capable... j'ai dit : "c'est trop pour moi..." Ça venait trop me chercher. »

(rencontre 10)

En lien avec la participation bénévole, deux formes de limitations apparaissent. L'une a trait à l'intérêt de l'apprentissage et de développement des connaissances qui peut ne pas être satisfait. À l'image de cette répondante, il peut arriver que le choix opéré ne convienne pas à la personne et qu'il doive être abandonné.

« Moi, j'ai essayé Albatros¹⁸, mais je n'ai pas été capable... j'ai dit : "c'est trop pour moi..." Ça venait trop me chercher. » (rencontre 10)

Certaines activités bénévoles qui ont des implications émotionnelles fortes peuvent donc freiner la participation. À cela s'ajoute une difficulté qui est apparue plus régulièrement : une « confrontation » dans la façon de gérer les organismes communautaires ou l'action bénévole. Comme noté dans les chapitres précédents, la participation au bénévolat répond à une volonté d'utilité sociale, mais aussi à une disponibilité. Le bénévolat est fait par intérêt pour un domaine d'action ou d'apprentissage et est abandonné lorsqu'il pose trop de contraintes. En ce sens, un engagement qui nécessite des horaires précis peut constituer une forme de restriction et devenir un obstacle à la participation (rencontre 13). De la même manière, une mésentente avec les gestionnaires des organismes sur la façon de faire le bénévolat ou plus simplement de diriger l'organisme peut conduire à délaissé certains engagements (rencontres 14 et 15). Comme le mentionne une répondante, il « faut que ça reste un plaisir » (rencontre 2).

Ces différentes limitations, qu'elles apparaissent en lien avec la pandémie ou se trouvent davantage ancrées dans les trajectoires plus personnelles de femmes, mettent en lumière leurs besoins variés et spécifiques. Dans le dernier chapitre de ce rapport, l'intérêt sera porté sur les réponses structurales proposées par les répondantes aux limitations qu'elles expérimentent dans leur quotidien, en lien avec l'âgisme tel qu'il découle des structures, de leur entourage ou d'elles-mêmes.

¹⁸ Créé en 1988, Albatros est un organisme à but non lucratif (depuis 2019) qui propose des services d'accompagnement en soins palliatifs et fin de vie, de répit et soutien aux proches ainsi que d'accompagnement au deuil. (https://mouvementalbatros.org/organismes/?k=®ions_organismes_filter_84=84) (consulté le 16 juillet 2023).

CHAPITRE 8

LES RÉPONSES DES FEMMES DE 65 ANS ET PLUS POUR CONTRER L'ÂGISME : RECOMMANDATIONS

Avant d'aller plus loin, il faut noter que les recommandations présentées ci-après ont été formulées par les participantes elles-mêmes. Il se peut qu'entre le moment où ont été conduites les rencontres et la publication de ce document, certaines des recommandations formulées aient été adoptées et/ou mises en œuvre par les instances compétentes. Dans ce cas, les recommandations viendront appuyer la pertinence des politiques adoptées. Il se peut également que certaines recommandations formulées aient déjà été mises en œuvre, mais que leur existence et les retombées demeurent méconnues des participantes. Dans ce cas, il conviendra de se poser la question de l'accessibilité à l'information et aux ressources par et pour les femmes de 65 ans et plus dans la région de la Chaudière-Appalaches.

1. Déconstruire la représentation des femmes de 65 ans et plus

Dans les chapitres précédents, il a été vu comment les politiques publiques – particulièrement durant la pandémie –, les médias, mais aussi plus largement la société participent à la construction de l'image de la femme dite « aînée ». Une image qui souvent ne correspond pas aux vécus des répondantes et contraint leur participation sociale. Pour déconstruire ces représentations qui les marginalisent et favoriser leur inclusion sociale, les répondantes proposent des réponses se structurant autour de trois grands axes : le développement d'initiatives intergénérationnelles, la formation des professionnel.le.s en tout genre et l'augmentation de la présence des femmes de 65 ans et plus à divers conseils et comités (notamment en politique).

1.1. L'intergénérationnel

Le développement d'initiatives intergénérationnelles s'est imposé comme central à travers les différentes rencontres. Et cette centralité fait écho aux besoins plus largement identifiés par les personnes dites « aînées » dans la région de la Chaudière-Appalaches. En effet, les consultations conduites dans le cadre de l'adoption et/ou la mise en œuvre du programme Municipalité Amie des Aînés (MADA) ou de la politique Familles et Aînés ont révélé la volonté non seulement de cette population, mais également des plus jeunes de voir le développement d'initiatives intergénérationnelles. Néanmoins, ces initiatives demeurent, à la fois dans les besoins exprimés et dans les réponses portées par les MRC et municipalités, principalement axées sur la question des loisirs. Les demandes sont diverses, comme bénéficier de parcs intergénérationnels à Lévis, ou encore dans la municipalité de Lac-Frontière (Municipalité de Lac-Frontière, n.d.) (MRC de Montmagny). Du côté des MRC, la MRC de L'Islet, notamment dans le cadre de sa politique Famille et Aînés, 2021-2026, s'est engagée à créer un programme Un vélo – une ville pour offrir aux aîné.e.s des balades à vélo triporteur conduit par des jeunes (Municipalité de L'Islet, n.d.).

Pour les répondantes, cependant, la nécessité d'initiatives intergénérationnelles ne s'oriente pas principalement autour des loisirs, mais plutôt dans un impératif de décroisement des lieux d'habitation des personnes de 65 ans et plus. Elles dénoncent régulièrement à travers les rencontres la « ghettoïsation » (rencontre 10) dont elles sont victimes et qui participe à renforcer les préjugés à leur encontre, en plus de soutenir leur isolement et de pouvoir favoriser la déchéance de leur santé.

En ce sens, les répondantes préconisent :

- **LA CONSTRUCTION DE MILIEUX DE VIE INTERGÉNÉRATIONNELS (SALLES COMMUNAUTAIRES, IMMEUBLES MIXTES, ETC.)**

Ces milieux de vie doivent permettre de favoriser les échanges entre jeunes et moins jeunes d'une part, mais aussi de s'inscrire dans une idée de communauté et d'entraide. Cela faciliterait la demande d'aide et réduirait le sentiment de dépendance que peuvent ressentir les répondantes lorsqu'elles demandent du soutien. Certaines femmes suggèrent que la construction de nouvelles habitations intergénérationnelles devrait être inscrite dans les lois municipales afin de garantir leur présence dans le développement des municipalités. La création de garderies qui engagent des femmes de 65 ans et plus serait aussi souhaitable.

- **MIXER LES GARDERIES ET LES RÉSIDENCES POUR PERSONNES ÂÎNÉES**

Les garderies mixtes ont pour objectif de rompre l'isolement potentiel des femmes de 65 ans et plus, tout en palliant le manque important de services de garde dans la région. Également, pour les répondantes, les garderies mixtes seraient une occasion de partager leurs savoirs et leurs expériences, de familiariser les jeunes au vieillissement et d'éviter qu'ils craignent la vieillesse. Dans les RPA, la présence de jeunes enfants est envisagée comme dynamisante et insufflant la vie et l'activité, venant donc contrer les dynamiques présentes dans ces espaces (en lien avec les discours des répondantes). Ici, il faut noter que la municipalité de Saint-Janvier-de-Joly (Municipalité de Saint-Janvier-de-Joly, n.d.), dans la MRC de Lotbinière par exemple, dans le cadre de sa politique Famille-Aîné prévoit la création d'un partenariat avec l'École de la Caravelle et les services de garde locaux pour y tenir des activités intergénérationnelles. Dans le même ordre d'idée, au printemps 2022, la MRC des Appalaches (MRC des Appalaches, n.d.) a accordé un financement de 9000 \$ au conseil des aînés pour favoriser l'initiation des familles, des jeunes et des aînés à différentes formes d'art ou pour faire des activités culturelles en communauté.

- **PROPOSER DAVANTAGE D'ACTIVITÉS DE BÉNÉVOLAT QUI INCLUENT UNE DIMENSION INTERGÉNÉRATIONNELLE (CLUB DE LECTURE, CUISINE, ETC.)**

Les activités intergénérationnelles peuvent, on l'a vu, limiter la participation des répondantes aux loisirs notamment. Cela découle cependant d'une méconnaissance réciproque des jeunes et moins jeunes. Développer des initiatives de bénévolat qui mettent en relation des femmes de 65 ans et plus et des jeunes permettrait de déconstruire les préjugés en lien avec l'âge et la crainte de la vieillesse, tout en favorisant le partage.

1.2. La formation des professionnel.le.s en tout genre

L'infantilisation des femmes de 65 ans et plus, telle qu'elle résulte des représentations et stéréotypes diffusés à l'échelle sociétale, a une incidence sur les services qu'elles obtiennent et la façon dont elles sont traitées.

Les répondantes recommandent :

- **LA FORMATION TÉLÉPHONIQUE POUR PRÉVENIR LES ABUS**

Les répondantes expliquent à plusieurs reprises les difficultés qu'elles rencontrent dans leurs interactions téléphoniques avec différentes sortes de professionnel.le.s. Elles dénoncent le « langage ésotérique » employé qui produit chez elles un sentiment de vulnérabilité et de non-crédibilité. Cela peut se manifester dans les domaines de la banque ou encore de la téléphonie où on leur répond en utilisant des modèles de commerce non adaptés aux personnes de 65 ans et plus.

- **FORMATION POUR LES ÉCHANGES AU QUOTIDIEN (DOMAINE DE LA SANTÉ NOTAMMENT)**

Dans leurs interactions avec les professionnel.le.s de la santé, les répondantes soulignent la différence de traitement entre les hommes et les femmes, ces dernières étant souvent plus infantilisées. Elles préconisent donc pour les membres du personnel médical des formations qui viseraient à les rendre conscients des effets de ce type de pratique, mais aussi à considérer que les femmes de 65 ans et plus forment un groupe hétérogène. L'adaptation des interactions favoriserait l'accroissement de la confiance tout en atténuant le sentiment de vulnérabilité.

1.3. Augmenter la présence des femmes de 65 ans et plus dans les milieux décisionnels (politique, comité, etc.)

En dépit de leur forte implication sociale, les répondantes regrettent de ne pas se sentir plus écoutées et d'être souvent mises de côté en raison de leur âge.

Elles préconisent de :

- **RÉSERVER DES SIÈGES POUR LES FEMMES DE 65 ANS ET PLUS DANS LES CONSEILS D'ADMINISTRATION**

Elles indiquent, en effet, que la présence de femmes de 65 ans et plus dans les conseils d'administration d'entreprises plus ou moins importantes permettrait de véhiculer dans le milieu du travail une image plus positive des femmes de leur génération, comme active et impliquée. Cela pourrait avoir une incidence sur leur reconnaissance afin qu'elles puissent accéder à des postes de décisions sans égard à leur âge, mais aussi cela pourrait faciliter les dernières années où elles se trouvent à l'emploi, ces années ayant plusieurs fois été vécues comme stressantes, la crainte de se faire congédier planant toujours au-dessus de leur tête.

- **CRÉER UN CAUCUS GOUVERNEMENTAL POUR LES PERSONNES ÂÎNÉES**

- **CRÉER UN ORGANE POUR DÉNONCER LES MAUVAIS TRAITEMENTS ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES**

Certaines des répondantes ont suggéré de mettre en place une institution comme la Direction de la protection de la jeunesse, mais pour les personnes âgées. Les personnes de 65 ans et plus sont des êtres vulnérables et en ce sens, elles doivent pouvoir bénéficier d'une protection adaptée. Par ailleurs, l'existence d'une telle institution permettrait de savoir vers qui se tourner en cas d'abus (pour soi-même ou les autres), ce que les répondantes disent ignorer.

De manière générale, il ressort des rencontres une méconnaissance des services d'aide disponibles pour elles en cas d'abus dont elles seraient victimes ou témoins. C'est aussi un élément qui émerge des consultations conduites par la MRC de Bellechasse en vue de l'établissement de sa politique Familles et Aînés 2020-2024 (MRC de Bellechasse, n.d.). Il faut mentionner que si on ne trouve pas une telle institution à l'échelle de la région de la Chaudière-Appalaches, il faut cependant mentionner l'existence d'une ligne d'information et d'aide pour les personnes âgées victimes ou témoins de maltraitance : la Ligne Aide Abus Aînés¹⁹. Également, il y a l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) qui représente les droits des personnes de 65 ans et plus pour l'amélioration de leur qualité de vie²⁰.

¹⁹ Aide Abus Aînés. Ligne d'aide et d'information pour les résidents du Québec, disponible 7 jours sur 7 (8 h à 20 h) et dont les services seront progressivement déployés entre les mois d'avril et d'octobre 2023 (<https://www.aideabusaines.ca>) (consulté le 19 juillet 2023).

²⁰ Site Internet de l'AQDR : (<https://www.aqdr.org/qui-sommes-nous/mission>) (consulté le 19 juillet 2023).

2. Sur la participation sociale

En plus d'initiatives pour améliorer la représentation des femmes de 65 ans et plus dans la société, les répondantes proposent des réponses aux enjeux en lien avec la participation sociale. Ici, quatre dimensions apparaissent : l'élargissement des passages progressifs à la retraite, la reconnaissance fiscale de l'implication sociale, l'adaptation de la société aux personnes de 65 ans et plus et non l'inverse, puis l'amélioration de la connaissance de l'offre disponible en implication sociale.

2.1. Le passage à la retraite

Il a été vu dans les chapitres précédents que la retraite s'impose comme une transformation de taille dans la vie des répondantes. L'inactivité soudaine et le sentiment d'inutilité sont des réalités qui posent des difficultés.

Sur cette transformation, les répondantes recommandent :

- **LE DÉVELOPPEMENT DE FORMATIONS/CONSEILS QUI ACCOMPAGNENT LE PASSAGE PROGRESSIF À LA RETRAITE**

Ces initiatives existent dans certains milieux, mais il faudrait les étendre. Celles qui en ont bénéficié notent les effets positifs. Elles ont accès à de l'information sur les nouvelles réalités fiscales et administratives qui accompagnent cette transition. Elles ont aussi le temps de mieux penser à l'utilisation du temps qui sera ainsi rendu disponible, afin de ne pas vivre l'expérience de cette transformation comme une rupture – qui renforce le sentiment de marginalisation.

- **L'AMÉNAGEMENT D'UN ARRÊT DE TRAVAIL PROGRESSIF**

L'aménagement d'un arrêt de travail progressif se matérialiserait par l'accès au temps partiel. Comme pour le point précédent, il s'agirait ici de réduire le caractère abrupt du passage à la retraite et le sentiment d'inutilité qui peut en résulter.

- **LA VALORISATION EN INTERNE DU TRANSFERT DE CONNAISSANCES ENTRE FEMMES FUTURES RETRAITÉES ET NOUVEAUX/NOUVELLES ARRIVANT.E.S**

Ces initiatives permettraient de pallier le sentiment de mise à l'écart que peuvent expérimenter les femmes proches de la retraite dans le milieu du travail. Elles demeurent ainsi dans une position de pouvoir et de contrôle avant de basculer dans l'après-retraite.

2.2. La reconnaissance fiscale

Plusieurs femmes ont nommé que le retour des femmes âgées à l'emploi n'était pas motivé par la bienveillance et la reconnaissance de leur expérience, mais au fait que la crise de main-d'œuvre ne laisse aucun autre choix que d'accepter leur participation. Également, elles déplorent que le temps investi dans l'action bénévole ne soit pas reconnu formellement.

Les répondantes recommandent :

- **UNE EXEMPTION DES PÉNALITÉS EN LIEN AVEC LEUR PENSION**

Avec les politiques gouvernementales mises en place, les femmes qui retournent au travail se sentent pénalisées sur le plan des prestations de leur pension. Pour inciter les femmes à retourner au travail, elles proposent d'être exemptées de ces pénalisations. Cela permettrait de soutenir financièrement les femmes qui restent ou retournent à l'emploi.

- **UNE DÉDUCTION D'IMPÔTS COMME RECONNAISSANCE DE L'IMPLICATION BÉNÉVOLE**

Les femmes déplorent le fait d'être considérées par la société comme assez capables pour faire du bénévolat, tandis qu'on les juge, bien trop souvent, plus assez bonnes (ou jeunes) pour travailler. Une reconnaissance financière de leur implication serait une façon pour la société de reconnaître leur apport et leur utilité.

2.3. L'adaptation de la société aux femmes de 65 ans et plus

L'adaptation de la société à la réalité des femmes de 65 ans et plus est centrale pour que ces dernières se sentent faire partie de la communauté et que leurs besoins soient reconnus. L'inadaptation des services ou des espaces pour les femmes – et les personnes – âgées transmet l'idée d'une société construite autour des besoins des personnes actives, dont elles sont exclues.

Afin que cette adaptation puisse être facilitée, les répondantes proposent de :

- **CONSERVER LES SERVICES DE PROXIMITÉ**

Plusieurs répondantes, particulièrement celles vivant en région, déplorent le manque ou la disparition de services de proximité comme les garages, les épiceries. Pourtant, les plans d'action des politiques Familles et Aînés ou MADA soulèvent souvent la nécessité de conserver ces services. Avec le départ des jeunes des régions vers les centres urbains, les services disparaissent, cela laissant les personnes âgées souvent démunies. Elles doivent alors faire plusieurs kilomètres pour trouver ces services, ce qui peut créer des obstacles pour celles qui conduisent peu ou pas. La disparition des services, et cela malgré la présence continue des personnes de 65 ans et plus, transmet l'idée qu'elles ne sont pas importantes. Plusieurs nomment aussi la nécessité des services d'aide à domicile pour les besoins autres que les soins de santé, comme le déneigement du toit.

- **ADAPTER L'URBANISME DES VILLES POUR AMÉLIORER LEUR SÉCURITÉ**

Ici, elles parlent des feux de circulation trop courts, du manque de trottoirs dans certaines zones, ou encore du manque de déneigement. L'ensemble de ces éléments permettrait de leur fournir un cadre de vie, notamment en hiver, plus sécuritaire qui faciliterait leurs déplacements et donc leur participation sociale.

- **ADAPTER ET FACILITER L'ACCÈS AUX LOISIRS PAR LES MUNICIPALITÉS**

Plusieurs répondantes mentionnent l'inadéquation des horaires pour assister à des manifestations culturelles comme le théâtre, le cinéma, etc. Trop souvent juste proposées en soirée, celles qui ne conduisent pas se trouvent exclues. Il faudrait proposer plus d'activités en après-midi. En ce sens, il faudrait aussi développer les transports collectifs et/ou adaptés pour les loisirs. Si ces formes de transports existent pour se rendre dans les hôpitaux ou chez le médecin, elles ne sont souvent pas ou sont trop peu disponibles pour les loisirs. Il faudrait accroître l'offre. Les municipalités pourraient aussi développer une offre de loisirs qui s'harmonise avec les intérêts des personnes âgées afin d'actualiser leur potentiel.

Sur l'ensemble de ces points, il faut mentionner que la Municipalité de L'Islet, dans sa politique familiale-aînés 2021-2026, prévoit la mise en place d'un système de navettes vers les lieux qui sont fréquentés notamment par les personnes âgées, pour leur en faciliter l'accès. Dans la même politique, il est aussi prévu de soutenir la création d'une bibliomobile destinée aux personnes âgées qui demeurent chez elles et ont des difficultés à se déplacer (Municipalité de L'Islet, n.d.). La MRC de Montmagny prévoyait également dans sa politique des Aînés 2018-2020 d'améliorer non seulement les infrastructures, mais aussi l'offre des activités destinées aux personnes âgées, pour mieux répondre à leurs besoins (MRC de Montmagny, n.d.). La Municipalité de Notre-Dame-Auxiliatrice-Buckland, dans sa politique MADA 2015-2017, indiquait également vouloir ajuster les horaires de la bibliothèque pour un meilleur accès des personnes âgées (Notre-Dame-Auxiliatrice-de-Buckland, n.d.) (MRC de Bellechasse).

2.4. Améliorer la connaissance de l'offre disponible d'implications sociales

On observe dans les rencontres une méconnaissance de l'offre disponible de loisirs et d'activités de bénévolat.

En ce sens, les répondantes suggèrent :

- **LA CRÉATION D'UN BOTTIN DES ORGANISMES ET DES ACTIVITÉS**

3. Améliorer l'accès à l'information et aux ressources

L'accès à une information de qualité et complète est un enjeu majeur soulevé par les répondantes, puisque la méconnaissance de certaines ressources peut les priver de leurs droits. Deux dimensions sont abordées : l'une porte sur le format de l'information et l'autre sur le contenu.

3.1. Développer des formats d'information adaptés et accessibles pour les personnes de 65 ans et plus

La diffusion de l'information concernant les politiques gouvernementales s'adressant aux personnes âgées, leurs droits et les services qui leur sont rendus disponibles repose souvent sur les organismes communautaires comme la Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOQ), l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) ou le Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU). Ceci représente un désavantage systémique pour les femmes âgées désaffiliées ou isolées. Si l'information est disponible en ligne sur les sites gouvernementaux, une telle vitrine n'est pas nécessairement accessible aux femmes âgées.

Elles proposent de :

- **COMPLÉTER L'OFFRE DE DIFFUSION AVEC DES FORMATS PAPIER/IMPRIMÉ**
- **COMPLÉTER L'OFFRE DE DIFFUSION PAR DES PUBLICITÉS TÉLÉVISUELLES**

Le transfert de l'information vers le virtuel signifie que les femmes doivent souvent demander du soutien à leur entourage pour avoir accès à cette information. Cependant, dans les sections précédentes, l'infantilisation dont sont victimes les femmes âgées lorsqu'elles demandent de l'aide concernant la technologie a été notée. Ainsi, l'accès à l'information imprimée est une façon pour elle de conserver leur sentiment d'autonomie et d'indépendance, en plus d'éviter des situations où elles sont victimes d'âgisme. Si plusieurs MRC et municipalités ont indiqué dans leurs politiques Familles et Aînés cet enjeu entourant l'accès à l'information et les méthodes de communication pour joindre les personnes âgées, il semble que les efforts mis en œuvre ne soient pas suffisants ou que cette information ne soit pas diffusée de façon à ce que les femmes en aient connaissance.

3.2. Améliorer l'information sur les droits

De manière générale, les répondantes notent un manque d'information sur les aides gouvernementales et sur les ressources auxquelles elles ont droit en tant que femmes âgées.

En ce sens, elles suggèrent :

- **L'AUTOMATISATION DU SUPPLÉMENT DE REVENU GARANTI**

Le supplément de revenu garanti est un droit pour les personnes de 65 ans et plus. Néanmoins, pour bénéficier de ce droit, il faut « cocher » une case, sans quoi il sera impossible d'en bénéficier. Il devrait y avoir ici une automatisation de l'accès à cette ressource lorsque le temps est venu pour permettre à toutes et tous d'en bénéficier également.

- **UNE MEILLEURE CONNAISSANCE DES AIDES GOUVERNEMENTALES DISPONIBLES**

- **L'ORGANISATION DE CONFÉRENCES SUR L'ÂGISME**

Ces conférences permettraient de les sensibiliser à des enjeux qui les concernent, mais aussi de leur faire prendre connaissance de la façon dont elles peuvent être victimes d'âgisme dans leur vie quotidienne. Ces conférences leur offriraient une opportunité de mieux connaître leurs droits, les ressources nécessaires à l'amélioration de leur qualité de vie, et constitueraient un outil de lutte contre l'âgisme.

4. Amélioration en matière de santé

En matière d'amélioration du système de santé, le chantier apparaît vaste au regard des multiples suggestions des répondantes. Ces suggestions peuvent être regroupées en trois grands ensembles : développer et favoriser les services à domicile ; accroître l'offre de logements sociaux ; favoriser l'accès aux services de santé plus largement.

4.1. Développer et favoriser les services à domicile

Les services à domicile pourraient permettre de garder les gens chez eux et donc d'éviter un déracinement de leur milieu de vie et de leur cercle social, déracinement qui peut générer anxiété, repli sur soi et isolement. Ici, la MRC de L'Islet, par exemple, souhaiterait développer des services pour que les personnes âgées puissent bénéficier des services de traiteurs (Municipalité de L'Islet, n.d.)²¹.

Les répondantes, elles, recommandent :

- **LA CRÉATION D'UN FONDS POUR GARDER LES GENS CHEZ EUX**

Ce fond serait une aide financière conçue suivant le même modèle que le fonds disponible pour les personnes qui vont dans les résidences pour personnes âgées.

- **UN SOUTIEN FINANCIER POUR L'AMÉNAGEMENT ET L'ADAPTATION DES DOMICILES AU VIEILLISSEMENT**

Les adaptations des logements au vieillissement sont coûteuses. Elles sont pourtant nécessaires pour améliorer la qualité de vie des personnes qui vieillissent. Par ailleurs, ces transformations peuvent être demandées par les services de santé pour être éligibles à des services à domicile (par exemple, pour bénéficier de l'assistance du CLSC dans les soins dans le cadre de la proche aidance, il peut être demandé d'avoir un bain adapté).

²¹ Ici, il faut mentionner le programme Vieillir chez soi ou déménager, développé par l'organisme ACEF-ABE dans la MRC des Appalaches, qui propose des ateliers au coût de 50 \$ les 90 minutes. Ces ateliers inspirés par les personnes âgées et qui leur sont destinés, ainsi qu'à leurs proches, ont pour objectif de nourrir des réflexions sur la meilleure façon pour elles et eux de conserver leur autonomie le plus longtemps possible (<https://www.acef-abe.org/atelier/vieillir-chezsoi>) (consulté le 17 juillet 2023).

4.2. Développer l'offre de logements sociaux

L'accès à des logements sociaux de qualité et abordables permettra de conserver les personnes au sein de leurs milieux de vie respectifs. La problématique entourant l'accès à des logements adaptés et adéquats pour les personnes âgées émerge fréquemment dans les constats découlant des consultations conduites par les MRC et/ou municipalités auprès de cette communauté. Dans la MRC de Bellechasse (MRC Bellechasse, n.d.), par exemple, il a été révélé que les personnes âgées doivent souvent quitter le territoire par manque de logements correspondant à leurs besoins. Il en va de même pour la MRC de La Nouvelle-Beauce (MRC de La Nouvelle-Beauce, n.d.) par exemple, où le manque de logements adaptés crée aussi des difficultés pour les personnes âgées de demeurer dans leur cercle social.

4.3. Favoriser l'accessibilité aux services de santé

Les enjeux entourant l'accès aux services de soins sont importants pour les répondantes et ont une incidence directe sur leur bien-être et leur qualité de vie. Ici les suggestions sont variées.

Les répondantes demandent :

- **UN ABAISSEMENT DES EXIGENCES POUR LES MÉDECINS QUI IMMIGRENT AU QUÉBEC**

Selon les répondantes, la nécessité pour les infirmier.ère.s ou médecins qui immigreront au Québec de reprendre leur formation les décourage souvent, et ces personnes finissent par pratiquer une autre profession, ou leur arrivée sur le marché du travail (médical) est retardée. Selon elles, ces exigences sont en inadéquation avec la pénurie de médecins qui sévit au Québec, et particulièrement dans les régions. Au-delà des participantes, le manque de médecins et la difficulté d'y avoir accès est un enjeu soulevé par la majorité des consultations menées auprès des personnes âgées, dans le cadre de l'adoption de politiques Familles et Aînés ou MADA.

- **UN ACCROISSEMENT DE L'OFFRE DISPONIBLE EN MATIÈRE DE SANTÉ**

Dans certaines municipalités, les distances à parcourir pour se rendre dans les cliniques ou les hôpitaux sont grandes, ce qui limite l'accès à ces services.

- **RENDRE PLUS ACCESSIBLES LES DEMANDES DE RENDEZ-VOUS**

La complexification du réseau de la santé et le virage virtuel contribuent au manque d'accessibilité des services de santé et crée des incompréhensions chez les personnes de 65 ans et plus.

- **SENSIBILISER LES TRAVAILLEURS DE LA SANTÉ AUX PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE CHEZ LES FEMMES ÂGÉES**

Conclusion

Cette enquête met en évidence la contribution importante des femmes de 65 ans et plus à la vie politique et sociale de nos communautés. Leur implication polyforme soutient le transfert de connaissances, l'aide aux proches, le fonctionnement de l'économie également, etc. Malgré leurs nombreuses et diverses implications, ces dernières continuent de faire l'objet de préjugés dans leur vie quotidienne, et cela de façon plus importante que pour les hommes de 65 ans et plus. La pression sociale qui s'exerce sur elles en lien avec leur image, notamment, a des répercussions directes sur la qualité de leur vie, par exemple dans leur pratique du système de santé, leur demande de services (garage, déneigement, etc.).

L'âgisme se manifeste de manière structurale et quotidienne et a été renforcé avec la pandémie de COVID-19. De plus, la vulnérabilité des personnes dites aînées, et particulièrement des femmes, est une croyance qui semble bien enracinée dans la société.

Il est intéressant d'observer au travers des rencontres comment le qualificatif d'« aînée » apparaît si peu pertinent pour les répondantes dans la façon dont elles se caractérisent. Et plus encore, de constater l'inadéquation, souvent, entre la représentation uniforme de cette catégorie sociale – telle qu'elle résulte des médias, des politiques publiques et de la société – et la représentation que les répondantes ont d'elles-mêmes. Il apparaît alors nécessaire de leur rendre la parole pour qu'elles puissent nous éclairer non seulement sur les multiples manifestations de l'âgisme qu'elles vivent dans leur quotidien, mais peut-être surtout sur leurs besoins et les réponses à y apporter. Et sur ce point, les répondantes ont des idées, quel que soit leur lieu de résidence. Pour elles, il est primordial de déconstruire les représentations qui sont faites des personnes dites « aînées » et des femmes particulièrement. Il s'agit du point central pour permettre l'amélioration de tout le reste.

Bibliographie

- Conseil de l'Europe. (n.d.). *Lutter contre les stéréotypes de genre et le sexisme – Égalité de genre –* *Www.coe.int*. Égalité de genre. <https://www.coe.int/fr/web/genderequality/gender-stereotypes-and-sexism>
- Institut de la statistique du Québec. (2023). *Portrait des femmes âgées au Québec – Population*. <https://statistique.quebec.ca/fr/document/portrait-femmes-ainees-quebec/publication/portrait-femmes-ainees-quebec-population#caracteristiques>
- Ligue de l'enseignement et de l'éducation permanente. (2019, juin). *Âgisme : Discriminé·e·s à cause de leur âge*. <https://ligue-enseignement.be/agisme-discrimine%25c2%25b7e%25c2%25b7s-a-cause-de-leur-age>
- MRC Bellechasse. (n.d.). *Politiques familles aînés 2020-2024*. <http://online.flipbuilder.com/qjlx/jpwu/#p=1>
- MRC de La Nouvelle-Beauce. (n.d.). *Politique familiale et des aînés 2020-2022*.
- MRC de Montmagny. (n.d.). *Politique des aînés de la MRC de Montmagny*. <https://www.montmagny.com/wp-content/uploads/2023/02/MRC-politique-MADA-2019-courte.pdf>.
- MRC des Appalaches. (n.d.). *La MRC des Appalaches soutient des projets culturels pour les familles, les jeunes et les aînés*. Région Thetford. <https://www.regionthetford.com/fr/actualite-details/2022/05/17/la-mrc-des-appalaches-soutient-des-projets-culturels-pour-les-familles-les-jeunes-et-les-aines>
- Municipalité de L'Islet. (n.d.). *Politique Familiale Aînés 2021-2026*. <https://www.lislet.com/storage/app/media/citoyens/loisirs-culture-et-communaute/comite-de-la-famille-et-aines/politique-familiale-aines-2021-2026.pdf>
- Municipalité de Saint-Janvier-de-Joly. (n.d.). *Politique Familles-Aînés PFM-MADA 2022-2027*. <https://www.municipalitedejoly.com/blog/post/politique-familles-aines-mada>
- Municipalité de Lac-Frontière. (n.d.). *Plan d'action MADA 2018-2020*. <http://www.lac-frontiere.ca/web/wp-content/uploads/2018/10/Plan-action-MADA-2018-2020.pdf>
- Notre-Dame-Auxiliatrice-de-Buckland. (n.d.). *Politique familiale municipale – MADA 2015-2017*. <https://www.mrcbellechasse.qc.ca/fichiersUpload/fichiers/20170324103835-politique-familiale-buckland-mr.pdf>
- Statistique Canada. (2023). *Profil du recensement, Recensement de la population de 2021, produit no 98-316-X2021001 au catalogue de Statistique Canada*. <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2021/dp-pd/prof/index.cfm?Lang=F>



Réseau des groupes
de femmes
CHAUDIÈRE-APPALACHES