

# Une communauté qui fait la différence

## LE CENTRE DE SANTÉ DES AÎNÉS SUD-OUEST VERDUN MET SUR PIED UNE INITIATIVE POUR FAVORISER LE MAINTIEN À DOMICILE DES AÎNÉS

De plus en plus d'organismes à but non lucratif (OBNL) au sein des municipalités prennent les choses en main et élaborent des stratégies afin de répondre aux besoins des personnes âgées de leur milieu.

À Verdun, l'équipe du Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest Verdun (CSASOV) croit fermement à un effort collectif pour gérer certains problèmes de maladies chroniques des aînés et leur assurer une bonne qualité de vie. Puisqu'ils sont de plus en plus nombreux à souhaiter demeurer à leur domicile autant que faire se peut, le Centre a décidé de mettre la main à la pâte pour leur offrir un milieu de vie sécuritaire et adapté à leurs besoins.

« En plus d'être de plus en plus nombreux, les aînés vivent de plus en plus longtemps et ils ont comme valeur de demeurer dans leur milieu et de vieillir chez soi, si possible. Si certains quittent leur logis pour des résidences privées ou des HLM, près de 90 % des gens vivent dans leur logement au sein de la communauté », souligne le Dr Roger Cadieux, fondateur du Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest Verdun.

De manière générale, le Centre vise à favoriser la santé fonctionnelle des gens, c'est-à-dire l'état d'une personne qui, en dépit d'un handicap ou de maladies, est en mesure de vaquer à des activités quotidiennes dans son milieu naturel de vie. Récemment, le CSASOV a lancé une initiative pour permettre aux aînés de demeurer le plus longtemps possible dans leur domicile.

« Si un aîné voit, entend et est capable de se déplacer, il peut demeurer dans son domicile. En contrepartie, les pertes progressives liées notamment aux maladies chroniques ou aux séquelles de certaines maladies font que les personnes âgées



L'aménagement de la rue montre clairement les problèmes d'accessibilité

### Quelques faits sociodémographiques des arrondissements de Verdun et du Sud-Ouest

Dans l'arrondissement de Verdun, 41 % des aînés de 65 ans et plus vivent seuls et, dans l'arrondissement Sud-Ouest, la proportion monte à 45 %.

42 % des aînés souffrent d'au moins une maladie chronique, dont les principales sont l'arthrite ou l'arthrose (42,3 %), l'hypertension (33,7 %) et le diabète (20,7 %).

80 % des aînés ont au moins un trouble de santé fonctionnelle :

- 80,3 % d'entre eux sont aux prises avec des problèmes de vision;
- 41,8 % ont des problèmes de locomotion;
- 21,8 % ont des problèmes d'audition.

Source : Rapport d'activités 2015 du Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest Verdun

finissent par avoir un certain nombre de problèmes à vivre dans des milieux de vie sains et adaptés à eux. C'est dans cette optique-là que nous avons commencé à penser à visiter des aînés et évaluer leur logement pour voir s'il n'y aurait pas des petits trucs pour les aider », raconte le Dr Cadieux.

## Aider les aînés à vieillir chez eux

« Nous essayons de nous situer en amont des problèmes, poursuit-il. Quand le milieu est très détérioré et que les aidants sont vraiment épuisés, il n'y a presque pas de solutions. Nous prenons davantage en charge la personne que la maladie et, ainsi faisant, nous nous situons dans un rôle complémentaire au réseau de la santé. Notre démarche vise à développer une relation d'aide pour maintenir les aînés à domicile », fait valoir le Dr Cadieux.

Soulignons que le Centre de Santé des Aînés est un organisme à but non lucratif dont les actions s'inscrivent dans la prévention des maladies et la conservation de l'autonomie des aînés sur le territoire des arrondissements de Verdun et du Sud-Ouest. Il ne s'agit pas d'une clinique médicale, mais bien d'un établissement dont les initiatives prennent place en amont afin d'éviter les effets néfastes de la maladie ou les complications.

Ainsi, en plus d'aider les aînés à préserver une santé fonctionnelle, le CSASOV les conseille sur des interventions mineures qui pourront rendre leur logement plus sécuritaire et conforme à leurs besoins et différentes restrictions.

« Nous désirons que les personnes âgées demeurent le plus longtemps à domicile et il y a différents facteurs qui entrent en ligne de compte et font qu'elles peuvent y rester. Parfois, quelques simples ajustements ou de l'aide pour effectuer certains travaux domestiques peuvent faire toute la différence et les aider à vivre plus longtemps dans leur chez soi », explique Daniel Mercier, bénévole au CSASOV et retraité de la Société canadienne d'hypothèque et de logement (SCHL).

Plusieurs adaptations sont envisageables pour simplifier les activités quotidiennes des aînés, que ce soit lorsque vient le temps de prendre une douche ou un bain, d'utiliser la toilette, de préparer les repas ou de faire la lessive. Il sera par exemple possible d'installer des rampes dans les escaliers ou dans la salle de bain, ou encore de faciliter l'accès aux prises électriques pour effectuer des tâches ménagères.

L'équipe du centre agit également à titre préventif en informant les aînés des activités qu'ils devraient pratiquer avec prudence ou alors plus du tout, selon leur condition. « À 90 ans, utiliser un escabeau pour changer une ampoule est une entreprise plutôt dangereuse », prévient le Dr Cadieux.



Aide à une personne âgée dans une tâche à la maison

## De petits actions, mais d'importantes incidences

Le CSASOV entretient des partenariats avec des fournisseurs qui offrent des services autres que l'hébergement et qui peuvent aider les aînés à préserver leur autonomie et à demeurer à domicile dans des conditions confortables. Le Centre collabore ainsi avec divers groupes d'aidants, pharmacies, cliniques médicales et centres communautaires.

Un partenaire d'importance est sans contredit le Centre de formation du Jardin du citoyen, un OBNL fondé il y a quelques années par le Dr Cadieux. L'organisme donne un coup de main aux aînés dans l'accomplissement de menus travaux et corvées comme le déneigement des entrées à la pelle et la tonte de la pelouse.

« L'équipe du Centre est en mesure de faire des travaux dans l'environnement immédiat comme laver des vitres, consolider des portes, installer des détecteurs de fumée, pelleter la neige, tondre la pelouse, etc. Ce sont des choses qui peuvent sembler banales au premier abord, mais qui font que, si nous n'avons plus la capacité de les faire, nous pouvons difficilement demeurer chez nous, à notre domicile », explique le Dr Cadieux.

Au cours de l'année 2015, les travailleurs du CSASOV sont intervenus à 2496 reprises chez des aînés du territoire concerné, notamment pour tondre leur gazon, offrir un service complet d'entretien de pelouse et effectuer divers travaux dans leur logement. Au total, plus de 4000 interventions ont été répertoriées durant l'année, ce qui démontre l'importance d'effectuer de petits travaux pour donner aux aînés la possibilité de demeurer à domicile.



## Des activités qui rejoignent les aînés

En plus du vecteur d'information incontournable que constitue le Centre de formation du Jardin du citoyen, le CSASOV a recours à d'autres moyens ingénieux pour rejoindre les aînés. L'un des plus efficaces est certainement les *Mercredis en musique à Verdun*, une série de 11 concerts offerts gratuitement durant la saison estivale. Organisés en collaboration avec des partenaires locaux, ces événements culturels attirent entre 300 et 600 aînés à chaque représentation.

Les concerts permettent non seulement aux aînés de briser leur isolement et de se divertir sans avoir à déboursier de l'argent, mais ils donnent l'occasion à l'équipe du CSASOV de discuter avec eux et de parler notamment de leurs besoins en matière d'habitation.

« Il s'agit d'une bonne façon de rejoindre les aînés, car souvent ils n'ont pas beaucoup de moyens pour faire des activités. Ils sont nombreux à utiliser 45 à 50 % de leurs revenus pour payer leur loyer. Les concerts sont gratuits, alors ils permettent à la fois aux gens de socialiser et de se divertir à moindres coûts, en plus d'être l'occasion rêvée pour nous de vérifier avec eux l'état de leur habitation », fait valoir Daniel Mercier.

« Les concerts existent depuis 10 ans, mais cette année nous retrouvons des tables d'information sur différents sujets, dont une sur l'habitation. Les gens peuvent répondre à un très court questionnaire dans lequel ils peuvent indiquer leurs besoins et les ajustements que leur logement nécessiterait. Ils peuvent aussi écrire s'ils désirent obtenir davantage de renseignements ou bien demander une visite à domicile », ajoute le retraité verdunois.

Le Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest Verdun a également recours à une autre initiative novatrice pour cibler les aînés qui pourraient avoir besoin de leur soutien. L'organisme est en contact avec les représentants des milieux de culte, ce qui lui permet d'être informé sur les personnes qui auraient potentiellement besoin de soutien.

## Outils d'évaluations

Depuis quelques semaines, le CSASOV recueille les renseignements fournis dans les questionnaires remplis par les aînés afin d'obtenir un portrait de leurs besoins et des interventions à prévoir. Prochaine étape : l'évaluation des logements par des travailleurs de milieu.

Le projet, qui a été confié à Daniel Mercier, notamment en raison de son expérience dans le domaine du logement, a pour objectif de s'assurer que le milieu de vie des aînés est adapté à leurs capacités fonctionnelles et corresponde à des conditions de vie adéquates. Puisque plusieurs éléments sont nécessaires à une vie sécuritaire et agréable dans un logement, l'évaluation visera à :

- évaluer les milieux de vie eu égard à des risques tels que les accidents, les chutes, les feux, la température, etc. ;
- trouver une adéquation minimale entre la capacité fonctionnelle de l'aîné et son milieu de vie;
- évaluer le milieu de vie eu égard à sa santé fonctionnelle;
- mettre en évidence des problèmes pouvant être corrigés;
- rediriger les aînés qui ont des besoins vers des spécialistes qui peuvent les aider (ex. : plombiers, électriciens, cliniques d'impôts, commerces de proximité, etc.)

Daniel Mercier disposera également de deux grilles développées par le Centre avec l'appui de la SCHL : une grille d'évaluation des conditions de vie dans le logement de l'aîné, qui a été basé sur le guide d'évaluation de la SCHL *Maintenir l'autonomie des aînés par l'adaptation des logements*, et une grille pour évaluer la santé des personnes âgées.



Début d'un concert d'été gratuit



## Des bénéfiques inestimables

Pour un grand nombre d'aînés, le maintien à domicile est une solution tout à fait préférable et beaucoup moins coûteuse que la vie en institution. Voilà pourquoi privilégier de petites modifications peu coûteuses prend tout son sens afin de leur permettre de demeurer autonomes chez eux.

Le Dr Cadieux respecte et met de l'avant la volonté manifeste des aînés de demeurer aussi longtemps que possible dans leur domicile.

« Dans la mesure du possible, les aînés veulent demeurer le plus longtemps dans leur logis. Aussi, compte tenu de ce que la médecine réussit à faire aujourd'hui, plusieurs d'entre eux ne souffrent pas de troubles de santé trop envahissants, ce qui leur permet de demeurer assez fonctionnels. Tout cela sans compter qu'ils peuvent être utiles à la société de plusieurs manières, notamment en s'impliquant bénévolement dans toutes sortes de projets », souligne le fondateur du Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest Verdun.



[schl.ca](http://schl.ca)



68855

©2016, Société canadienne d'hypothèques et de logement  
Imprimé au Canada  
Réalisation : SCHL

17-10-16

Bien que ce produit d'information se fonde sur les connaissances actuelles des experts en habitation, il n'a pour but que d'offrir des renseignements d'ordre général. Les lecteurs assument la responsabilité des mesures ou décisions prises sur la foi des renseignements contenus dans le présent ouvrage. Il revient aux lecteurs de consulter les ressources documentaires pertinentes et les spécialistes du domaine concerné afin de déterminer si, dans leur cas, les renseignements, les matériaux et les techniques sont sécuritaires et conviennent à leurs besoins. La Société canadienne d'hypothèques et de logement se dégage de toute responsabilité relativement aux conséquences résultant de l'utilisation des renseignements, des matériaux et des techniques contenus dans le présent ouvrage.