

Le Billet de la Conférence Le plan quinquennal

En juin 2018, le Plan d'action quinquennal pour soutenir le vieillissement actif a été lancé par la ministre responsable des aînés madame Francine Charbonneau. Malgré l'arrivée d'une nouvelle ministre Madame Marguerite Blais et d'un changement de ministère il est important de se rappeler les grandes orientations, les mesures prévues de ce document et notre implication comme Conférence et comme Table régionale. Nous nous attarderons plus précisément dans ce billet au détail des deux premières orientations, soit *Participer dans sa communauté* et *Vivre en santé dans sa communauté*. En décembre nous élaborerons la troisième orientation.

Bonne lecture !

Vieillir et vivre en ensemble c'est participer dans sa communauté

Les gens aiment bien partager et mettre à profit leurs expériences et leurs connaissances. Et les aînés ne font pas exception. Il est donc important de les soutenir et de les appuyer dans leur engagement citoyen, social et professionnel. Voici les actions promulguées par le plan.

1. Élaborer une stratégie de sensibilisation pour valoriser la contribution des aînés.
2. Promouvoir la Journée internationale des aînés.
3. Poursuivre le Prix Hommages Aînés.
4. Assurer le maintien des activités des TRCA et de maintenir la coordination de la CTRCAQ.
5. Concevoir des moyens pour recruter des bénévoles aînés.
6. Reconnaître les bénévoles aînés dans les loisirs et le sport.
7. Promouvoir les bonnes pratiques pour l'embauche des travailleurs expérimentés.
8. Réaliser un guide pour favoriser le recrutement, l'insertion et le prolongement des travailleurs expérimentés.
9. Améliorer les crédits d'impôt pour les travailleurs expérimentés.

Soutenir la participation des personnes aînées à la vie sociale et récréative

Nous savons déjà que les activités de loisir et de sport sont profitables à tous car elles influencent les habiletés motrices et cognitives d'autant plus qu'elles préviennent l'isolement social. Voici les mesures du plan.

1. Bonifier l'offre culturelle destinée aux aînés dans les ententes ministérielles et municipales.
2. Bonifier la francisation des aînés immigrants.
3. Soutenir un mode de vie physiquement actif chez les aînés.

Encourager la solidarité et le dialogue intergénérationnels

Les aînés ont accumulé un bagage de connaissances et d'expériences inestimables qu'elles partagent avec les autres générations. C'est pourquoi il faut les encourager car les activités intergénérationnelles réduisent les préjugés et sont bénéfiques pour toutes les parties. Les mesures suivantes les encouragent.

1. Soutenir les Maisons des grands-parents.
2. Réaliser des projets qui favorisent le savoir-faire des aînés.
3. Soutenir le bénévolat des étudiants de niveau post-secondaire pour favoriser les dialogues
4. Créer un réseau d'entraide avec des aînés isolés et des jeunes en difficulté
5. Accorder un crédit d'impôt aux grands-parents hébergeant leurs petits-enfants aux études.

Faciliter l'accessibilité à l'information

Une panoplie de programmes et de services sont destinés aux aînés mais malheureusement la nature des informations les rend parfois très difficiles à obtenir. C'est aussi le pourquoi de ces mesures.

1. Bonifier l'information des services gouvernementaux sur le Portail Québec-Citoyens.
2. Promouvoir les services d'accompagnement auprès des aînés.
3. Développer des compétences numériques des aînés en situation de pauvreté.
4. Accroître l'information afin de faciliter la planification financière des futurs retraités.
5. Faciliter les services aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches.

Vieillir et vivre ensemble c'est vivre en santé dans sa communauté

La prévention des maladies et des problèmes de santé est l'affaire de tous. Les changements démographiques accrus accentuent la diversification des services et nécessitent la mobilisation de toutes les ressources tant au niveau de la santé, des services sociaux, des organismes communautaires et des entreprises d'économie sociale. Il faut donc saluer le rôle joué par les proches aidants.

Reconnaître, accompagner et soutenir les proches aidants d'aînés

Les proches aidants d'aînés sont des personnes ressources d'une valeur incroyable. En effet elles soutiennent les personnes aînées tant au niveau du bien-être, de la sécurité que de l'accompagnement. En passant de l'aide à domicile, à la gestion, au transport à des rendez-vous, jusqu'à une foule de services innombrables. Cependant ces personnes si dévouées ne se reconnaissent pas comme proches aidants. Par conséquent elles ne profitent pas du soutien pouvant leur être accordé. De plus, en étant toujours auprès des aînés, elles détiennent des informations cruciales sur ces même personnes. Les mesures suivantes sont promulguées.

1. Améliorer et poursuivre le financement de l'Appui pour les proches aidants d'aînés.
2. Partager les initiatives qui assurent la reconnaissance du proche aidant.
3. Mettre en place des mécanismes d'échanges entre les personnes concernées par le soutien aux proches aidants d'aînés afin de favoriser la cohérence et la complémentarité des services.

4. Mettre en place une communauté de pratique afin de partager les connaissances et les pratiques favorables au bien-être des proches aidants d'aînés.
5. Promouvoir et rendre disponibles des outils portant sur les réalités vécues par les proches aidants d'aînés en s'adressant aux acteurs qui oeuvrent auprès d'eux.
6. Participer à la campagne de sensibilisation grand public pour promouvoir les proches aidants d'aînés et les services qui leur sont offerts.
7. Regrouper sur le Portail Québec-Citoyens les programmes et services destinés aux proches aidants d'aînés.
8. Bonifier le crédit d'impôt des proches aidants des aînés.
9. Bonifier le crédit d'impôt pour relève bénévole.

Promouvoir la santé et améliorer la qualité de vie de aînés

Bien que la majorité des aînés soit en bonne santé, il n'est jamais trop tard pour améliorer sa condition de vie. La santé cognitive se caractérise par l'exercice des fonctions mentales incluant la mémoire, le jugement, l'attention, le langage, la vitesse de traitement de l'information et la capacité de résoudre des problèmes.

C'est ainsi que l'activité physique, la pratique régulière d'activités stimulantes et le contrôle de la pression artérielle peuvent prévenir ou retarder les pertes cognitives. Afin de promouvoir la santé, les mesures suivantes sont appropriées.

1. Promouvoir auprès des intervenants les conditions qui favorisent une bonne santé cognitive afin de permettre de bonifier leurs interventions auprès des aînés.
2. Rendre disponible des outils et des activités de sensibilisation pour promouvoir la vaccination des personnes aînés.
3. Bonifier la formation *Agir en sentinelle pour la prévention du suicide* afin de reconnaître les signes précurseurs des comportements suicidaires chez les aînés.
4. Promouvoir et déployer la formation *Prévenir le suicide chez les aînés repérer, protéger et redonner espoir* dans toutes les régions du Québec.
5. Promouvoir le soutien communautaire en logement social.

Adapter les pratiques, les services et les stratégies d'intervention aux besoins des aînés.

Les personnes aînées et leurs proches doivent pouvoir compter sur des services sociaux et des services de santé accessibles. La priorité doit être accordée au maintien de l'autonomie afin qu'elles puissent demeurer chez elle le plus longtemps possible en tenant évidemment compte de leurs besoins et des besoins de leurs proches.

1. Soutenir les stratégies visant à attirer et retenir une main-d'œuvre qualifiée
2. Documenter et implanter des pratiques exemplaires et améliorer les suivis pour les aînés aux besoins complexes.
3. Favoriser le partenariat entre les CISSS et les CIUSS et offrir des soins de santé répondant aux besoins des aînés.
4. Améliorer l'offre de service aux aînés atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'autres troubles cognitifs.
5. Mettre en œuvre les engagements sur les meilleures pratiques en CHSLD et en soutien à domicile.
6. Améliorer le Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique.

7. Terminer, analyser et assurer le suivi concernant les soins dentaires.
8. Favoriser un usage approprié des antipsychotiques dans les CHSLD.

Pour en savoir plus...

Le Plan d'action 2018-2023: <https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/aines/vieilliretvivreensemble/Pages/index.aspx>

Recherche et rédaction Carole Poulin, assistante à la permanence, CTRCAQ