

Consultations prébudgétaires du Comité permanent des finances (2017)
Présentation du conseil des membres d'Abbotsford House
Le 5 août 2016

Sommaire

Cette présentation est faite par le conseil des membres d'Abbotsford House. Abbotsford House est un centre pour personnes âgées (CPA) financé par le gouvernement de l'Ontario et la ville d'Ottawa, et lié sur le plan organisationnel à l'établissement de soins de longue durée Glebe Centre. Le conseil aimerait porter deux points principaux à l'attention de votre Comité : (1) Le rôle important que jouent des CPA comme Abbotsford House dans la promotion et le soutien du vieillissement en santé, et (2) le besoin pour le gouvernement de prendre l'initiative afin de mettre en place d'autres options de logement plus économiques pour les aînés, qui nous permettront de vieillir dans un endroit de notre choix.

La mesure dans laquelle les personnes vivront plus longtemps en santé plutôt qu'affligées d'incapacités ou de maladies chroniques aura une incidence considérable sur la demande future de services de santé et de services sociaux. Si les tendances actuelles prévalent, les baby-boomers qui vieillissent feront passer le pourcentage des personnes âgées dans la population canadienne d'environ 16 % à près de 25 % au cours des 20 prochaines années.

De plus en plus de données indiquent que les programmes qui offrent des possibilités d'activités physiques régulières, de stimulation mentale et de réseaux sociaux solides peuvent retarder et réduire la gravité des incapacités et des maladies chroniques plus tard dans la vie. La mesure dans laquelle une vie plus longue sera synonyme d'une vie en meilleure santé plutôt que d'une vie caractérisée par des incapacités ou des maladies chroniques aura une incidence considérable sur la demande future de services de santé et de services sociaux.

Une bonne moitié de toutes les personnes âgées ne font pas régulièrement de l'exercice. Elles peuvent avoir peur de se blesser, ou n'ont peut-être pas accès à des programmes conçus pour les adultes plus âgés. Les programmes de conditionnement physique offerts dans les centres pour personnes âgées comme Abbotsford House sont spécialement adaptés par les entraîneurs à cette clientèle. Sans des programmes comme ceux d'Abbotsford House, un grand nombre d'entre nous ne participeraient pas de façon régulière à des exercices vigoureux.

Vieillir chez soi aide les aînés à conserver leurs liens sociaux et leur identité. Mais pour vieillir « chez nous », nous avons besoin d'un « chez-nous » où vieillir. La cohabitation est une forme d'aménagement résidentiel qui combine l'autonomie des logements

privés avec les avantages de commodités et d'espaces partagés. Les logements en cohabitation pour personnes âgées intègrent des caractéristiques conçues pour répondre expressément aux besoins de cette clientèle, comme de plus petites unités, des aires communes accessibles, des services publics partagés et un hébergement pour des aides familiaux résidants, si le besoin s'en faisait sentir.

Le rapport sénatorial de 2009 sur le vieillissement recommandait, entre autres, que le gouvernement fédéral prenne des mesures (1) pour encourager un engagement actif (y compris en favorisant des centres où l'on offre des programmes qui visent à améliorer la santé mentale et physique des aînés) et (2) pour appuyer l'aménagement de nouvelles formes de logement qui permettent aux personnes âgées de vieillir en santé chez elles.

Nous souscrivons de tout cœur à ces recommandations, et nous formulons les demandes suivantes :

A. Augmenter le nombre de CPA dans la communauté et renforcer leur capacité de proposer des programmes abordables et accessibles en santé physique et mentale, en prévention des chutes, en apprentissage continu et en promotion de la santé.

B. Assurer un financement de préaménagement à moindre coût grâce à des subventions et (ou) à des prêts garantis par le gouvernement qui permettraient aux personnes âgées intéressées de créer des communautés de cohabitation pour cette clientèle.

Merci

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec les personnes suivantes :

Bill Robertson, président, wknmax@gmail.com, 613-234-9438

Pat Steenberg, vice-président, mpsteeberg@sympatico.ca

Julianna Ovens, conseillère, jmtovens@sympatico.ca

Consultations prébudgétaires du Comité des finances (2017)
Présentation du conseil des membres d'Abbotsford House
Le 5 août 2016

Introduction

Cette présentation est faite par le conseil des membres d'Abbotsford House. Abbotsford House est un centre pour personnes âgées (CPA) financé par le gouvernement de l'Ontario et la ville d'Ottawa et lié sur le plan organisationnel à l'établissement de soins de longue durée Glebe Centre. Abbotsford House offre aux personnes âgées qui vivent de façon autonome dans la communauté un éventail complet de programmes et de services, depuis des possibilités de conditionnement physique et d'apprentissage jusqu'à des clubs sociaux et à des soins de jour pour adultes.

La mesure dans laquelle les personnes vivront plus longtemps en santé plutôt qu'affligées d'incapacités ou de maladies chroniques aura une incidence considérable sur la demande future de services de santé et de services sociaux. Le conseil aimerait porter deux points principaux à l'attention de votre Comité : (1) Le rôle important que jouent des CPA comme Abbotsford House dans la promotion et le soutien du vieillissement en santé, et (2) le besoin pour le gouvernement de prendre l'initiative afin de mettre en place d'autres options de logement plus économiques pour les aînés, qui nous permettront de vieillir dans un endroit de notre choix.

Le vieillissement n'est pas une maladie. Les politiciens et les experts doivent cesser de parler de maladie, de soins et de dépendance (lire de fardeau intergénérationnel) et recentrer le discours politique relatif aux aînés sur l'indépendance et l'engagement. En vérité, la plupart des personnes âgées sont en santé et financièrement autonomes. Selon les principales constatations de l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Vieillesse en santé*, environ trois quarts des Canadiennes et des Canadiens âgés de 65 à 74 ans sont en bonne santé fonctionnelle, tout comme la moitié de ceux qui ont plus de 75 ans.

Les personnes nées entre 1946 et 1965 (les baby-boomers) sont au nombre de 10 millions, soit environ le tiers de la population. Si les tendances actuelles prévalent, les baby-boomers qui vieillissent feront passer le pourcentage des personnes âgées dans la population canadienne d'environ 16 % à près de 25 % au cours des 20 prochaines années.

S'il est rassurant d'entendre que l'incidence du vieillissement de la population sur l'augmentation des coûts de soins de santé a jusqu'à ce jour été relativement modeste, le nombre croissant de Canadiens qui atteignent un âge plus avancé soulève des questions quant à la demande de services de santé et à la prestation des soins. La

génération du baby-boom aura-t-elle besoin du même niveau de services de santé que les personnes âgées des générations précédentes?

Vieillir en santé

Le but du vieillissement en santé, c'est d'optimiser le bien-être de tous les Canadiens et les Canadiennes à mesure qu'ils vieillissent. Alors que l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Vieillissement en santé a permis de constater que l'état de santé général des aînés est positif et s'améliore, nous devons encourager les personnes âgées à se maintenir en santé. De plus en plus de données indiquent que les programmes qui offrent des possibilités d'activités physiques régulières, de stimulation mentale et de réseaux sociaux solides peuvent retarder et réduire la gravité des incapacités et des maladies chroniques plus tard dans la vie.

La mesure dans laquelle une vie plus longue sera synonyme d'une vie en meilleure santé plutôt que d'une vie caractérisée par des incapacités ou des maladies chroniques aura une incidence considérable sur la demande future de services de santé et de services sociaux. Des études ont démontré que la tranche supérieure de 10 % des personnes âgées en Ontario, celles qui souffrent des problèmes de santé les plus complexes, accapare 60 % des dépenses annuelles en soins de santé de la province pour les aînés, tandis que la tranche des 50 % les plus en santé n'en consomme que 6 %. L'importance pour les personnes âgées de rester en santé est quelque chose sur quoi tout le monde peut s'entendre.

Les stratégies et les initiatives qui ont une incidence positive sur la santé et le bien-être des personnes âgées sont très rentables. L'activité physique peut contribuer à améliorer la capacité fonctionnelle, la santé mentale, la condition physique et le bien-être général, tout en aidant à prévenir et à gérer les problèmes de santé chroniques comme les maladies cardiaques et l'hypertension. Une activité physique régulière permet également de maintenir la force musculaire et la résistance osseuse, la coordination, la fonction et la flexibilité articulaires, grâce auxquelles les aînés peuvent accomplir les activités quotidiennes. L'activité physique peut atténuer l'anxiété et la dépression et réduire les effets des problèmes chroniques, notamment la douleur causée par l'ostéoporose et l'arthrite. Et en outre, les personnes âgées peuvent entretenir des relations sociales en participant à des activités physiques¹.

La mobilité, l'équilibre et la force sont trois aspects importants dans la prévention des chutes et dans le rétablissement qui suit une chute. Quelque 40 % des admissions dans les maisons de soins infirmiers sont attribuables à des personnes âgées qui ont fait une

¹ Rapport annuel sur l'état de la santé publique au Canada de l'administrateur en chef de la santé publique du Canada, 2010.

chute. On estime que les chutes que font les personnes âgées de 65 ans et plus coûtent 2,8 milliards de dollars par année à l'économie canadienne. Une réduction des chutes de 20 % pourrait faire diminuer de 7 500 le nombre annuel de séjours à l'hôpital et, par conséquent, faire baisser de 1 800 le nombre de personnes âgées affligées d'une incapacité permanente et permettre de réaliser des économies pouvant atteindre jusqu'à 138 millions de dollars annuellement.

L'inactivité physique entraîne des coûts élevés². Les personnes âgées qui souffrent de blessures et de maladies chroniques sont les plus grands utilisateurs de soins de santé. En 2003, les besoins en soins de santé de cette clientèle représentaient plus de 44 % de toutes les dépenses en santé du gouvernement provincial, ainsi que 90 % des dépenses des établissements de soins de longue durée³.

Un des moyens les plus efficaces d'éviter et de réduire les coûts élevés associés à des services de soins de santé actifs consiste à aider et à encourager les personnes âgées à faire de l'activité physique. Investir dans des environnements adaptés à l'âge et propices à l'activité physique et à un mode de vie actif permettra également aux aînés de continuer d'apporter d'importantes contributions à la société et à l'économie.

Tout en admettant que l'inactivité accélère le vieillissement, au moins la moitié de toutes les personnes âgées ne font pas régulièrement de l'exercice. Elles peuvent avoir peur de se blesser, ou n'ont peut-être pas accès à des programmes conçus pour les adultes plus âgés. Les programmes de conditionnement physique offerts dans les centres pour personnes âgées comme Abbotsford House sont spécialement adaptés par les entraîneurs à cette clientèle, par exemple, la gymnastique douce. Une attention particulière est portée à l'équilibre, à la mobilité et à l'entraînement musculaire, ainsi qu'à l'aérobic, au yoga et au tai-chi. Les participants ont quand même droit à une séance d'exercices vigoureux, mais qui comporte beaucoup moins de risques de blessure que d'autres programmes. C'est un aspect important à considérer parce que nos blessures sont plus longues à guérir et nous empêchent de continuer à faire de l'exercice. Bref, sans des programmes comme ceux offerts par Abbotsford House, un grand nombre d'entre nous ne participeraient pas de façon régulière à des exercices vigoureux.

Les relations sociales ont également un effet positif sur la santé. Des études ont démontré que les personnes qui participent à une vie active et qui restent en contact avec leur entourage sont généralement plus heureuses, jouissent d'une meilleure santé

² Institut canadien sur la recherche sur la condition physique (ICRCP) et le mode de vie, 2004; Katzmarzyk et coll. 2000.

³ ICIS, Statistique Canada, 2005.

physique et mentale et sont plus en mesure de faire face aux changements et aux transitions de la vie.

Finalement, Abbotsford House propose aussi des programmes éducatifs. Un apprentissage continu est un gage de longévité et de qualité de vie parce qu'il aide les aînés à élargir leurs champs d'intérêt et à continuer de participer activement à leur communauté. Ils sont plus heureux, plus en santé, plus respectés et plus autonomes. Ces programmes maintiennent les aptitudes cognitives comme la mémoire, le raisonnement et le jugement.

Les centres pour personnes âgées comme Abbotsford House offrent tous ces types de programmes, axés sur la condition physique et mentale, les relations sociales et l'engagement communautaire. Et surtout, ils offrent aux aînés un espace formidable où des esprits semblables et dissemblables peuvent se rencontrer, où ils peuvent se réunir autour d'une table, boire une tasse de café bon marché et tout simplement se parler. C'est une communauté au sein d'une communauté, où l'entraide règne. Il s'y crée un sentiment d'appartenance qui est particulièrement important pour les personnes qui vivent seules. C'est un refuge. On y retrouve également des personnes engagées et curieuses, beaucoup d'entre elles étant des aidants naturels ou des soignants bénévoles. Ces centres poursuivent un objectif social important en encourageant les personnes âgées à demeurer fortes, autonomes et engagées dans la vie de leur communauté. Nous avons besoin qu'un plus grand nombre de ces centres soient créés et qu'une plus grande attention leur soit accordée.

Vieillir chez soi : Vieillir en santé dans un lieu de prédilection adapté aux aînés

Notre deuxième problème concerne le manque d'options de logement disponibles pour ceux d'entre nous qui désirent vieillir chez nous.

Le concept de vieillissement chez soi a été défini comme étant *l'aptitude à vivre dans sa maison et sa communauté en toute sécurité, de façon autonome et confortablement, peu importe son âge, son revenu ou son niveau d'habileté*⁴ [TRADUCTION], ou encore *pour vieillir chez soi, il faut disposer des services de santé et des services sociaux ainsi que du soutien connexe dont vous avez besoin pour vivre de façon autonome et en toute sécurité dans votre domicile ou votre collectivité aussi longtemps que vous le désirez et que vous le pourrez*⁵.

Vieillir chez soi aide les aînés à conserver leurs liens sociaux et leur identité. Les taux de diagnostic de dépression ont tendance à être plus bas chez les personnes âgées qui

⁴ Centers for Disease Control and Prevention.

⁵ Développement des ressources humaines Canada.

continuent de vivre dans la communauté que chez celles qui vivent dans des établissements de soins de longue durée. Et même si certaines personnes âgées qui vivent seules peuvent avoir besoin d'aide pour effectuer des travaux domestiques et l'entretien de la maison, ce n'est pas le cas pour la plupart d'entre elles. Trois quarts des personnes âgées de 75 ans sont encore tout à fait en mesure d'accomplir leurs activités quotidiennes de façon autonome.

Mais, si nous devons vieillir « chez nous », nous avons besoin d'un « chez-nous » où vieillir. Et tout particulièrement, d'un chez-nous qui est abordable et qui répond à nos besoins physiques qui changent avec l'âge. Pourquoi n'y a-t-il pas, ou y a-t-il si peu, de discussions autour d'options de logement qui ne soient ni des habitations unifamiliales ni de grands établissements résidentiels? (Les établissements à but lucratif coûtent habituellement jusqu'à 6 500 \$ par mois pour une chambre, auxquels s'ajoutent les frais des médicaments ainsi que des soins infirmiers et personnels.) Où sont la recherche et le financement pour des types de logements de transition non traditionnels, comme le logement en cohabitation qui est largement financé et accessible dans beaucoup d'autres pays?

La cohabitation

La cohabitation est une forme d'aménagement résidentiel qui met l'accent sur l'interaction communautaire tout en conservant et en respectant l'intimité de chacun. Même si le concept est relativement nouveau dans le paysage résidentiel nord-américain, la cohabitation est un modèle adopté depuis un certain temps par d'autres pays comme le Royaume-Uni et le Danemark; il est en émergence ici comme un mode d'habitation intéressant et plus économique pour les adultes vieillissants qui désirent vieillir chez eux entourés d'amis et de voisins.

La cohabitation allie l'autonomie des logements privés avec les avantages d'espaces et de commodités partagés. En plus des bénéfices sociaux de la cohabitation, la mise en commun des ressources et des commodités peut réduire les coûts généraux, tout en assurant les services essentiels sur les lieux. Mais surtout, grâce à la cohabitation, les personnes âgées peuvent vivre de façon autonome et éviter de séjourner dans un établissement de soins de santé plus longtemps qu'il ne serait possible en habitant dans une structure unifamiliale.

Des logements en cohabitation pour personnes âgées intègrent des caractéristiques conçues pour répondre expressément aux besoins de cette clientèle, comme de plus petites unités, des aires communes accessibles, des services publics partagés et un hébergement pour des aides familiaux résidents, si le besoin s'en faisait sentir. Les résidents s'entendent sur un niveau prédéterminé de soins en commun, qui se limitent habituellement à des activités comme le magasinage, la préparation des repas et les

travaux ménagers, et qui ne comprennent pas l'aide pour prendre un bain, faire sa toilette et s'habiller.

Les principaux défis auxquels le mouvement de cohabitation est confronté sont, en premier lieu, simplement un manque de sensibilisation publique et, deuxièmement, son abordabilité. Depuis de nombreuses années, la Fédération de l'habitation coopérative du Canada (FHCC) a exprimé des préoccupations à l'égard des obstacles au développement de logements à but non lucratif axés sur la communauté, dont celle concernant la plupart des programmes de financement gouvernementaux qui favorisent les promoteurs du secteur privé et les sociétés d'habitation gérées par des municipalités qui ont accès à des liquidités sur lesquelles le développement communautaire privé ne peut tout simplement pas compter.

Conclusion

Le rapport sénatorial de 2009 sur le vieillissement recommandait, entre autres, que le gouvernement fédéral prenne des mesures (1) pour encourager un engagement actif (y compris en favorisant des centres où l'on offre des programmes qui visent à améliorer la santé mentale et physique des aînés) et (2) pour appuyer l'aménagement de nouvelles formes de logement qui permettent aux personnes âgées de vieillir en santé chez elles.

Nous souscrivons de tout cœur à ces recommandations. Selon la Coalition d'une vie active pour les aîné(e)s, plusieurs obstacles freinent les personnes âgées dans leur volonté de mener une vie plus active physiquement, notamment l'accessibilité physique aux programmes, la pertinence des programmes pour les personnes âgées, les coûts associés aux programmes et le transport pour y participer, ainsi que le manque de motivation. Nous devons faire ce qui suit :

A. Augmenter le nombre de CPA dans la communauté et renforcer leur capacité de proposer des programmes abordables et accessibles en santé physique et mentale, en prévention des chutes, en apprentissage continu et en promotion de la santé.

B. Demander au gouvernement fédéral de rendre disponible un financement de préaménagement à plus faible coût au moyen de subventions et/ou de prêts garantis par le gouvernement qui permettraient aux personnes âgées intéressées de rénover et de reconfigurer plusieurs unités de logement existantes ou de créer des structures bâties spécialement conçues (logements sans but lucratif, privés, appartements individuels où les soins sont pris en charge et qui comprennent des installations et des services intégrés) afin qu'elles puissent rester dans leur communauté et s'entraider à mesure qu'elles vieillissent.

Merci.

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec les personnes suivantes :

Bill Robertson, président, wknmax@gmail.com, 613-234-9438

Pat Steenberg, vice-président, mpsteeberg@sympatico.ca

Julianna Ovens, conseillère, jmtovens@sympatico.ca