

# VILLE AMIE DES AÎNÉS AU QUÉBEC : L'APPORT DE « VIEILLIR EN RESTANT ACTIF »



MARIO PARIS, M.A., ÉTUDIANT AU DOCTORAT EN GÉRONTOLOGIE<sup>1</sup>,

SUZANNE GARON, PH.D.<sup>1 et 2</sup>,

MARIE BEAULIEU, PH.D.<sup>1 et 2</sup>,

ANNE VEIL, M.S.S.<sup>2</sup>,

CATHERINE BIGONNESSE, B.A.,  
ÉTUDIANTE À LA MAÎTRISE  
EN SERVICE SOCIAL<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Université de Sherbrooke

<sup>2</sup> Centre de recherche sur le vieillissement du CSSS-IUGS

## INTRODUCTION

En ce 21<sup>e</sup> siècle, la question du vieillissement comme enjeu démographique est devenue incontournable. Il y a actuellement plus de 700 millions d'aînés à travers le monde (ONU, 2009) et ce nombre atteindra 2 milliards d'aînés en 2050, soit 22 % de la population. L'Organisation des Nations Unies (ONU) affirme que ce vieillissement de la population est sans précédent dans l'histoire de l'humanité (ONU, 2009, p. viii). Phénomène mondial, le vieillissement démographique nécessite déjà des actions à plusieurs niveaux décisionnels. De fait, l'action internationale façonne des orientations mondiales qui guident les politiques publiques des gouvernements qui, à leur tour, définissent les efforts aux niveaux régionaux et locaux.

Dans la foulée de cette réalité, l'OMS a adopté un cadre d'orientation sur le vieillissement actif, mieux connu sous le nom de « vieillir en restant actif ». Ce cadre a un auditoire de plus en plus large auprès des décideurs lors de la conception de politiques publiques destinées aux aînés. Au plan des politiques publiques québécoises, il est depuis 2008 en arrière-fond de l'implantation du projet Ville amie des aînés<sup>1</sup> (VADA). En 2009, le vieillissement actif apparaît dans les orientations stratégiques du ministère de la Famille et des Aînés (gouvernement du Québec, 2009a). **Or, qu'est-ce que le vieillissement actif?** Répondre à cette question oblige d'abord à regarder la provenance du concept pour ensuite mieux comprendre les finalités qu'il poursuit.

Cet article vise donc à poser clairement la nature du concept de vieillissement actif. Pour ce faire, ses composantes essentielles seront d'abord exposées. Ensuite, des enjeux liés à son utilisation seront débattus. Enfin, les usages du vieillissement actif seront illustrés à travers le programme d'implantation et d'évaluation de VADA-Québec.

## VIEILLIR EN RESTANT ACTIF

*Les origines.* Le vieillissement actif puiserait ses fondements dans la théorie de l'activité (Walker, 2002). Développé au début des années 1950, ce modèle théorique découle des travaux de Robert Havighurst et Ruth Albrecht, particulièrement à travers leur ouvrage *Older People* (Havighurst & Albrecht, 1953). Ainsi, pour les auteurs, afin de garder une image positive d'elles-mêmes, les personnes vieillissantes doivent :

- 1) s'engager dans des activités personnelles et sociales;
- 2) participer activement à la vie sociale;
- 3) chercher à maintenir des rôles significatifs et
- 4) trouver des substituts aux rôles sociaux qui leur ont été enlevés par la mise à la retraite.

Autrement dit, pour bien vieillir, les aînés doivent avoir la possibilité de participer à des activités qui ont un sens à leurs yeux. La théorie de l'activité met l'accent sur l'individu, mais écarte les incidences du social dans l'appréciation de la vieillesse.

En second lieu, le vieillissement actif s'appuie aussi sur la théorie du vieillissement réussi (Rowe & Kahn, 1987, 1999). D'après ce modèle, un faible risque de maladie ou d'invalidité, une bonne capacité cognitive et physique et une vie sociale significative constituent les conditions nécessaires à la réussite du vieillissement. Ce modèle repose grandement sur l'apport des activités physiques et sociales (Rowe & Kahn, 1999). Contrairement à la théorie de l'activité, celle du vieillissement réussi institue une normalisation du vieillissement entre deux trajectoires, l'une normale et l'autre pathologique.

En troisième lieu, les nouvelles exigences du marché du travail ont parfois entraîné le vieillissement actif dans un discours économique. Dès les débuts de l'utilisation du concept, les gouvernements ont déployé de nombreux efforts afin d'intervenir au plan de l'employabilité et de la retraite (Walker, 2009).

<sup>1</sup> Le projet *Villes amies des aînés* fait l'objet d'un article détaillé dans le présent numéro de *Vie et vieillissement*. Pour cette raison, on s'abstient ici de le décrire.

Ce faisant, « vieillir en restant actif » est souvent associé aussi au modèle connu sous le nom de « vieillissement productif » (Bass, Caro, & Chen, 1993). Ce modèle fait valoir les capacités productives des aînés, notamment à travers le bénévolat et le travail après la retraite, afin de répondre au climat économique des dernières années (moins de main-d'œuvre active, augmentation du nombre des retraités, etc.). Selon la notion de vieillissement productif, la contribution sociale des aînés passe par une implication active dans la vie socioéconomique.

#### Vieillir en restant actif.

Le concept, tel que connu aujourd'hui, se développe sous l'instigation de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) durant les années 1990 (Walker, 2002). Initialement, les bienfaits de l'activité physique sur la santé, présentés sous l'appellation « vieillir en santé » (OMS, 1993), incitent l'OMS à promouvoir le vieillissement actif. C'est en 1999, lors de l'Année internationale des personnes âgées organisée par l'ONU, que l'OMS lance le projet « Restons actifs pour bien vieillir » (OMS, 1999a). Une première définition du concept est proposée : « Vieillir en restant actif, c'est la capacité des personnes qui, en vieillissant, continuent de mener une vie productive et de jouir d'une bonne santé au sein de leur famille, de leur société et de leur économie » (OMS, 1999b, p.3). En 2002, lors de la Deuxième assemblée mondiale sur le vieillissement à Madrid (ONU, 2002), l'OMS renouvelle son intérêt dans le concept de vieillissement actif en publiant un cadre d'orientation (OMS, 2002). Cette fois, l'OMS élargit considérablement la portée du concept en identifiant une série de facteurs rattachés au vieillissement actif et en développant des mesures précises pour inciter à l'action. Le concept prend alors le sens qu'on lui accorde le plus couramment aujourd'hui, à savoir un « [...] processus consistant à optimiser les possibilités de bonne santé, de participation et de sécurité afin d'accroître la qualité de la vie pendant la vieillesse » (OMS, 2002, p. 12). On y retrouve les trois principales dimensions que l'on peut aussi déterminer comme étant les trois socles du vieillissement actif, soit la santé, la participation et la sécurité. La figure ci-dessous illustre le concept.

Figure 1. Un cadre d'orientation pour vieillir en restant actif



Source : OMS, 2002, p.45

Premièrement, compte tenu du mandat de l'OMS, il n'est pas étonnant de retrouver la santé comme l'une des dimensions du vieillissement actif. Cette dimension prend en considération le fait que les individus vivent mieux et plus longtemps en limitant l'apparition de maladies chroniques et du déclin fonctionnel. De plus, être en bonne santé procure davantage d'autonomie et de bien-être chez les individus, diminuant ainsi les besoins en matière de soins médicaux ou de traitements pharmaceutiques. Néanmoins, en contrepartie de l'attention portée à la santé des individus, l'OMS indique que la société a l'obligation d'agir auprès des individus, à savoir que, lorsque les soins sont nécessaires, il importe de développer les services sociosanitaires adéquats, abordables et accessibles. Ceci est une indication importante étant donné que l'OMS déplace l'obligation sociale des aînés vers un droit individuel reconnu, celui d'être membre à part entière de la société.

Deuxièmement, dans la poursuite de la première dimension, l'OMS cible précisément la reconnaissance des besoins et des droits à l'égard de la participation des aînés, et cela, dans toutes les sphères de la vie des individus : sociale, économique, culturelle et spirituelle. De telle sorte que les aînés continueront à participer à des activités qui portent un sens à leurs yeux, ainsi qu'un sens pour la société, permettant ainsi une meilleure inclusion sociale.



Troisièmement, l'OMS met en valeur encore une fois le vieillissement actif à partir du social, car il importe que la société soutienne et aide les personnes vieillissantes qui n'arrivent plus à se protéger et à subvenir à leurs besoins. Selon l'OMS, la dignité des aînés est assurée lorsque les besoins de sécurité sociale, financière et physique sont satisfaits. À cet égard, la sécurité devient un préalable à la mise en application des deux autres dimensions.

On le voit bien, le cadre d'orientation « vieillir en restant actif » transcende ses trois dimensions (santé, participation et sécurité) afin d'y inclure, a priori, les droits des aînés tels que définis dans les Principes des Nations Unies pour les personnes âgées (ONU, 1991).

#### CRITIQUES LIÉES AU VIEILLISSEMENT ACTIF

Tel que mentionné précédemment, « vieillir en restant actif » naît des efforts de l'OMS durant les années 1990. Certains auteurs critiquent le caractère individualiste du cadre d'orientation. À titre

*facto*, une part de responsabilisation individuelle. De plus, de par son caractère normatif, le modèle de vieillissement actif nierait la diversité que recèle la vieillesse en privilégiant seulement l'âge adulte au détriment des âges plus avancés (Biggs & al., 2006). Enfin, le vieillissement actif, en favorisant la santé, exclurait les autres trajectoires possibles du vieillissement réussi, telle la « gérotranscendance » qui postule que la vieillesse est propice à une expérience transcendante incitant à apprécier la vie à partir d'un cadre de sens élargi.

S'ajoute à cette liste de doléances que le vieillissement actif reposerait aussi sur des prémisses économiques, voire néolibérales (Cardona, 2008). Les aînés ne peuvent plus considérer jouer des rôles de membres passifs au sein de la société, ils doivent prendre part à la production de biens et de services (Bass, Caron & Chen, 1993). L'inclusion des aînés dépendrait ainsi de leurs capacités productives et participatives à l'économie, notamment par le bénévolat et le travail après la retraite.

Le dialogue, le partenariat et la concertation entre ces acteurs sociaux sont les pierres d'assise du vieillissement actif dans VADA-Québec.

d'exemple, il met en valeur le rôle de chaque individu dans son propre vieillissement, c'est-à-dire l'importance de développer de saines habitudes par la pratique régulière d'activités physiques. Par conséquent, le vieillissement actif est rapidement associé au modèle théorique du vieillissement réussi. De plus, les préoccupations relatives à l'emploi au sein du modèle de l'OMS (Walker, 2009) entraînent quelquefois le concept à se déplacer, d'aucuns diraient à dériver, vers le vieillissement productif. Au bout du compte, certaines critiques adressées aux notions de vieillissement réussi et productif (Biggs, Phillipson, Money, & Leach, 2006; Cardona, 2008) touchent, par le fait même, le vieillissement actif (Walker, 2009).

Le vieillissement actif valoriserait une « autoprise » en charge de l'individu quant à la réussite de sa bonne santé. Cardona (2008) affirme, à ce sujet, que ce modèle théorique conditionne en quelque sorte les individus à réduire les risques liés au vieillissement en prônant un engagement actif afin de vieillir en bonne santé. La réussite de la vieillesse implique à coup sûr une notion d'échec et, *ipso*

Néanmoins, il serait erroné d'apprécier le vieillissement actif uniquement à travers les lunettes de la santé et de l'économie. L'approche de l'OMS est beaucoup plus inclusive que cela. Certes, l'OMS encourage la responsabilisation des individus quant à leur santé et à leur participation socioéconomique, mais elle prône tout à la fois la responsabilisation des gouvernements quant à l'aménagement des environnements sociaux adaptés aux aînés ainsi qu'à un renforcement de la solidarité intergénérationnelle (OMS, 2002).

Alan Walker (2002, 2009) a développé sept principes pour une meilleure compréhension du vieillissement actif :

- 1) le vieillissement actif comprend toutes les activités significatives pour le bien-être de l'individu, de sa famille, de la communauté ou de la société et ne se restreint pas à l'employabilité et à la productivité;
- 2) le vieillissement actif est avant tout un concept de prévention et, par le fait même, englobe tous les groupes d'âge à travers le parcours de vie;

- 3) le vieillissement actif englobe tous les aînés, quelles que soient leurs conditions, même ceux qui sont vulnérables et dépendants;
- 4) le maintien de la solidarité intergénérationnelle est un élément important du vieillissement actif;
- 5) le vieillissement actif signifie à la fois les obligations et les droits sociaux attribués aux aînés;
- 6) la stratégie du vieillissement actif englobe la participation et l'*empowerment*;
- 7) le vieillissement actif respecte les diversités nationales et culturelles.

Walker (2009) conclut que ces principes posent l'obligation d'un développement de politiques publiques s'appuyant sur un partenariat entre les aînés et la société. Le rôle de l'État, dans un tel contexte, consiste à développer des initiatives sociales dans lesquelles les aînés se sentent sensibilisés, engagés et reconnus par l'ensemble de la société.

C'est exactement dans ce sens que le modèle d'implantation et d'évaluation de VADA-Québec travaille. Tout comme le vieillissement actif explicite

tion que sur celle de la santé. La sécurité, quant à elle, est toujours en arrière-plan, jamais très loin, dans la mesure où son absence demeure un frein à la participation sociale (Garon & al., 2011).

Le choix d'une approche visant le développement des communautés place d'emblée la participation comme concept central du projet VADA-Québec. La participation ne se restreint pas à l'implication individuelle, elle est avant tout un élément primordial dans la cohésion sociale, le maillage des réseaux et le partage d'informations entre les acteurs. À chaque étape, du diagnostic à la mise en œuvre, en passant par l'élaboration du plan d'action, l'ensemble des acteurs sociaux participe à des objectifs communs et, ultimement, à obtenir un changement au sein de leur communauté. Par exemple, dans la mise en œuvre de certains plans d'action, la participation prend la forme d'activités sociales destinées aux aînés (fêtes de quartier, loisirs, etc.) favorisant le rapprochement des individus et le croisement des générations. De plus, des activités et des campagnes de sensibilisation visent

C'est donc en termes sociaux, plutôt qu'individuels, que VADA-Québec envisage la participation, en valorisant entre autres les liens intergénérationnels et, dans une plus large mesure, l'interaction sociale.

par Walker (2002, 2009), VADA-Québec attribue une place privilégiée à la participation des aînés. D'ailleurs, ce ne sont pas que les aînés qui sont interpellés par le modèle québécois, mais l'ensemble des acteurs de la société civile, de l'administration municipale et du politique (Garon & al., 2011). Le dialogue, le partenariat et la concertation entre ces acteurs sociaux sont les pierres d'assise du vieillissement actif dans VADA-Québec. Plus important encore, le résultat est significatif : les trois principales dimensions de « vieillir en restant actif » se déploient à partir du social plutôt que de l'individu. On l'illustre dans ce qui suit.

#### VADA-QUÉBEC ET VIEILLISSEMENT ACTIF

VADA s'appuie sur le cadre d'orientation « vieillir en restant actif » de l'OMS : « Une ville-amie des aînés encourage le vieillissement actif en optimisant la santé, la participation et la sécurité des citoyens âgés, pour améliorer leur qualité de vie » (OMS, 2007, p.6). Au Québec, le modèle du vieillissement actif est repris et intégré dans une approche écologique multifactorielle (gouvernement du Québec, 2009b). Globalement, VADA-Québec met davantage l'accent sur la dimension de la participa-

à favoriser le respect et l'inclusion des aînés (Garon & al., 2011). C'est donc en termes sociaux, plutôt qu'individuels, que VADA-Québec envisage la participation, en valorisant entre autres les liens intergénérationnels et, dans une plus large mesure, l'interaction sociale.

Ensuite, la santé vise bien sûr le bien-être des individus, mais elle cible aussi le bien-être de la communauté et de la société. Les projets au sein de VADA-Québec concernant l'habitation ont permis de faire émerger les limites du marché lorsqu'il s'agit de répondre aux besoins des cohortes actuelles et futures d'aînés. Dans le but de contourner ces limites, certains projets valorisent l'implantation de mécanismes participatifs pour élaborer des solutions novatrices dans le domaine de l'habitation. En ce sens, à partir de VADA-Québec, une ville a récemment mis sur pied une table de concertation locale multisectorielle qui vise le développement de logements sociaux abordables et adaptés aux familles et aux aînés. On conviendra qu'en plus de répondre aux besoins d'habitation, une pareille initiative met en valeur les liens intergénérationnels.



Ainsi, la transformation appréhendée, mais nécessaire, de l'habitation destinée aux aînés ne peut se réaliser sans envisager la concertation des différents acteurs de la société : du monde municipal au secteur privé, en passant par les agences de santé publique, le milieu communautaire et les aînés eux-mêmes. De cette façon, la santé dépasse les enjeux de prévention et de soins curatifs pour viser l'intégration sociale des individus.

Finalement, à travers VADA-Québec, la sécurité concerne en grande partie les enjeux relatifs à l'environnement bâti. Ainsi, la sécurité des lieux physiques est centrale dans plusieurs actions. Par exemple, un éclairage approprié et des trottoirs bien entretenus visent à accroître le sentiment de sécurité des aînés. Une fois réalisées, ces actions permettent aux aînés d'accéder à l'espace social et à s'intégrer à la vie de la communauté. Un autre exemple est celui de l'isolement social vécu par certains. Des actions projettent de mettre en place des vigiles bénévoles qui visent à tirer les aînés de l'isolement (Garon & al., 2011). Au sein de VADA-Québec, ces actions offrent la possibilité aux aînés de vivre dans la dignité et la sécurité, et d'être traités avec justice, comme les autres membres de la société.

Ce ne sont là que quelques exemples qui illustrent la façon dont les villes participant à VADA-Québec se sont approprié le concept de « vieillir en restant actif » de l'OMS, c'est-à-dire en lui donnant un accent social très marqué.

## CONCLUSION

Le but de notre article était de poser clairement la nature du concept de vieillissement actif. Ce concept théorique, aux moult assises en apparence contradictoires, est un amalgame solide pour poser des fondements permettant de situer le vieillissement tant individuel que collectif.

À l'instar de Walker (2002), on croit que vieillir en restant actif dynamise le meilleur des individus par l'entremise de la société, afin d'optimiser les chances de tout un chacun d'atteindre le bien-être. La participation sociale, y compris la solidarité non seulement entre les aînés, mais aussi entre les générations, devient incontournable dans l'objectif de favoriser une société plus inclusive. Car c'est bien l'une des forces du vieillissement actif que

d'être bon pour tous! (Walker, 2002) Malgré la longueur de la route pour atteindre une société pour tous les âges, il importe de se rappeler ces quelques mots de Michel Philibert : « Les belles choses sont difficiles et le difficile est beau » (Philibert, 1977, p. 32).

## RÉFÉRENCES

- Bass, S. A., Caro, F. G. & Chen, Y. (1993). *Achieving a Productive Aging Society*. Westport : Auburn House.
- Biggs, S., Phillipson, C., Money, A. & Leach, R. (2006). The Age-Shift : Observations on Social Policy, Ageism and the Dynamics of the Adult Lifecourse. *Journal of Social Work Practice*, 20 (3), 239-250
- Cardona, B. (2008). 'Healthy Ageing' Policies and Anti-Ageing Ideologies and Practices : On the Exercise of Responsibility. *Medicine, Health Care, and Philosophy*, 11 (4), 475-483.
- Garon, S., Beaulieu, M., Veil, A., Paris, M. & Bigonnesse, C. (2011). *L'expérience québécoise du programme « Villes-amies des aînés » de l'OMS : l'implantation dans sept projets-pilotes*, dans Vriot-Durandal, J.-P., Pihet, C. et Chapon, P.-M. « *Viellissement, territoire et cadre de vie* » : *Quelles perspectives pour de l'espace public et des liens sociaux?*
- Gouvernement du Québec. (2009a). *Plan stratégique 2008-2012*. Ministère de la Famille et des Aînés, Québec.
- Gouvernement du Québec. (2009b). *Municipalité amie des aînés. Favoriser le vieillissement actif au Québec*. Ministère de la Famille et des Aînés. Québec.
- Havighurst, R., & Albrecht, R. (1963). *Older People*. New York : Longmans, Green and Co.
- OMS. (1993). *Health for All*. Copenhagen : World Health Organization.
- OMS. (1999a). *Restons actifs pour bien vieillir*. Site consulté le 20 janvier 2011. URL : [http://www.who.int/ageing/publications/alc\\_embrace2001\\_fr.pdf](http://www.who.int/ageing/publications/alc_embrace2001_fr.pdf).
- OMS. (1999b). *Global Movement for Active Ageing*. Site consulté le 20 janvier 2011. URL : [http://www.who.int/docstore/world-health-day/fr/documents/1999/gm\\_2p\\_1.pdf](http://www.who.int/docstore/world-health-day/fr/documents/1999/gm_2p_1.pdf).
- OMS. (2002). *Viellir en restant actif : Cadre d'orientation*. Genève : Organisation mondiale de la santé.
- OMS. (2007). *Guide mondial des villes-amies des aînés*. Genève : Organisation mondiale de la santé.
- ONU. (1991). *Principles for Older Persons*. New York : United Nations.
- ONU. (2002). *Rapport de la deuxième Assemblée mondiale sur le vieillissement*. New York : Nations Unies.
- ONU. (2009). *World Population Ageing 2009*. New York : United Nations.
- Philibert, M. (1977). Réflexions sur l'enseignement de la gérontologie. Dans *Collections de gérontologie canadienne 1 : Textes choisis* (p. 12-32). Association canadienne de gérontologie.
- Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1987). Human Aging : Usual and Successful. *Science*, (237), 143-149.
- Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1999). *Successful Aging*. New York : Dell Publishing.
- Walker, A. (2002). A Strategy of Active Ageing. *International Social Security Review*, 55 (1), 121-139.
- Walker, A. (2009). Commentary : The Emergence and Application of Active Aging in Europe. *Journal of Aging and Social Policy*, 21 (1), 75-93.