

**Créer des conditions favorables
à la santé et à la qualité de vie
des personnes vieillissantes :
un modèle intégrateur**

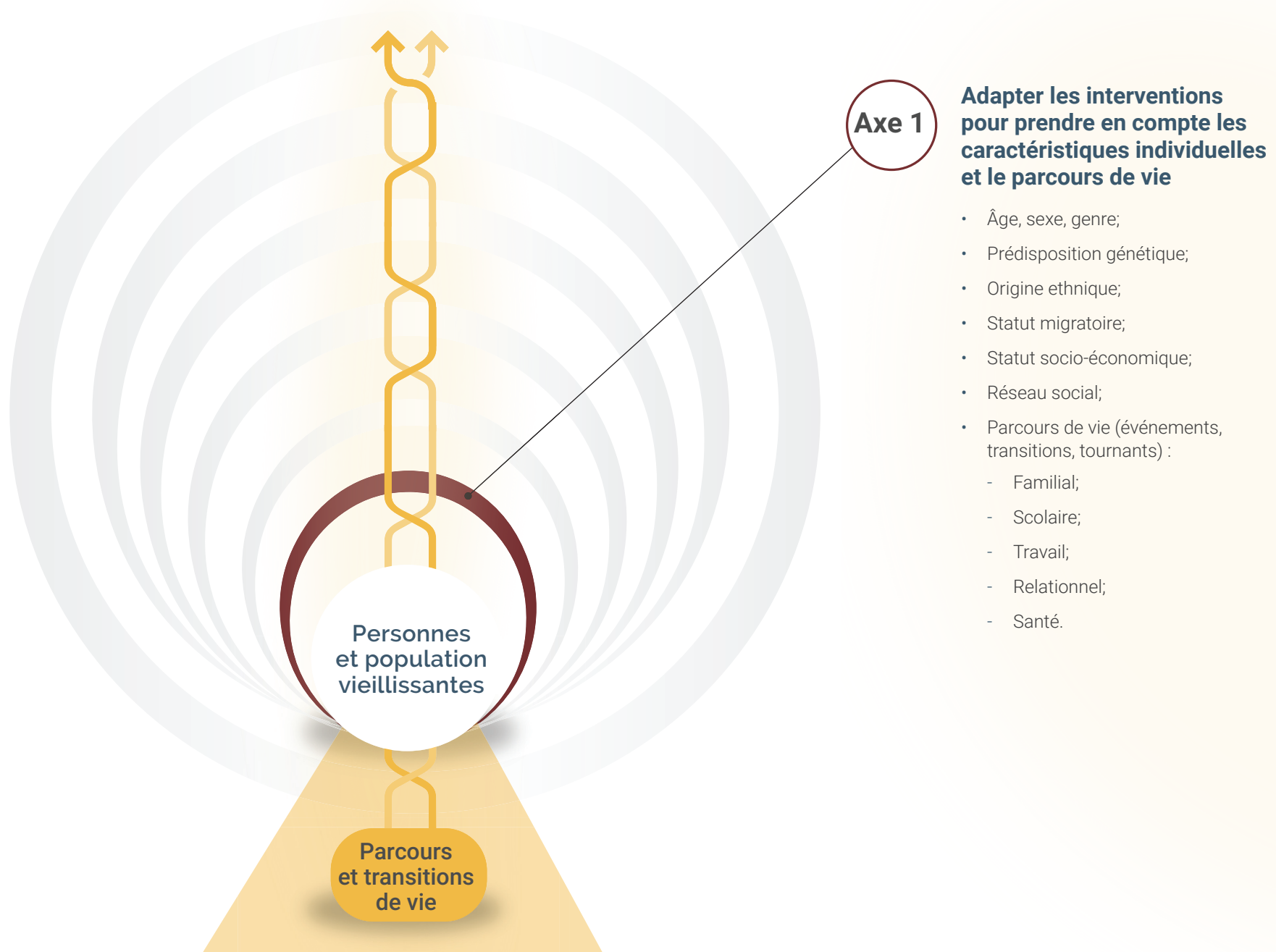
TRANSFERT DES CONNAISSANCES

FICHE SYNTHÈSE

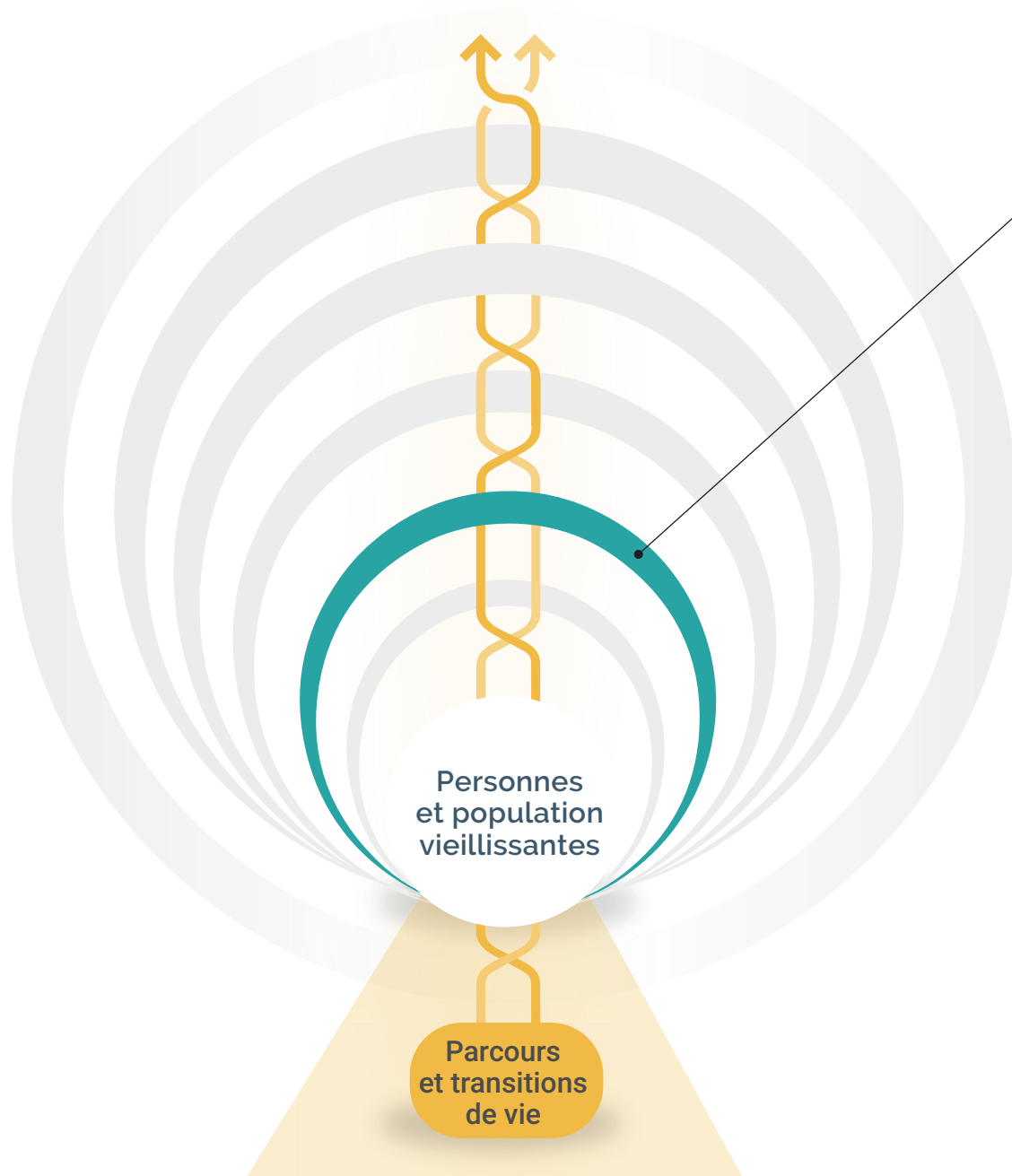
CONSIDÉRER LE VIEILLISSEMENT COMME :

- Un parcours évolutif et adaptatif
- Comportant des défis, des opportunités et des transitions
- Influencé par des conditions de vie variables selon l'accès aux ressources au fil des ans, comme la scolarisation, le soutien social et les revenus

Leviers d'action	En intervenant simultanément à l'échelle des personnes, des communautés et des environnements Axe 1 Adapter les interventions pour prendre en compte les caractéristiques individuelles et le parcours de vie Axe 2 Favoriser la résilience des personnes vieillissantes et de leurs proches aidants Axe 3 Créer des milieux de vie de proximité sains, adaptables, sécuritaires et accueillants Axe 4 Organiser les services et les actions pour répondre aux besoins sur tout le continuum, de la promotion de la santé aux soins de fin de vie Axe 5 Agir de façon intersectorielle sur les normes sociales et les politiques publiques touchant la population vieillissante
Valeurs	Selon des valeurs guidant les interventions : • Respect de la dignité • Équité • Solidarité • Autodétermination • Inclusion
Impacts	Pour favoriser la santé et la qualité de vie • Maximiser les possibilités pour les personnes vieillissantes d'agir dans leur milieu et d'accomplir les rôles qu'elles souhaitent assumer • Faciliter un meilleur état d'équilibre caractérisé par un niveau de bien-être subjectif, l'exercice des capacités intellectuelles, mentales, cognitives et physiques, ainsi que par la qualité des relations sociales
Les personnes et la population vieillissantes au cœur de l'action	L'ensemble des actions devront miser sur les compétences des personnes vieillissantes et des communautés, dans l'optique de favoriser l'autodétermination, l'inclusion et la participation sociale. Les personnes et la population vieillissantes se retrouvent au cœur du choix et de la mise en œuvre de ces actions. Cette vision s'appuie sur le concept de vieillissement citoyen. Elle demande de soutenir la capacité d'agir et de déployer des modalités pour que chaque personne puisse participer, jusqu'à la fin de sa vie, aux décisions qui la concernent.



MODÈLE INTÉGRATEUR POUR CRÉER DES CONDITIONS FAVORABLES À LA SANTÉ ET À LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES VIEILLISSANTES : AXE 1



Axe 2

Favoriser la résilience des personnes vieillissantes et de leurs proches aidants en agissant auprès des personnes et des communautés sur différents plans en fonction des besoins :

- Éducation et littératie (en santé, financière, numérique);
- Compétences personnelles et sociales;
- Valeurs, croyances, attitudes face au vieillissement;
- Vie spirituelle et sens donné à la vie;
- Estime de soi et sentiment d'utilité;
- Capacité et motivation à atteindre des objectifs pour soi et pour la collectivité;
- Revenu personnel;
- Fonctionnement cognitif;
- Force, endurance, équilibre, flexibilité;
- Habitudes de vie;
- Participation sociale;

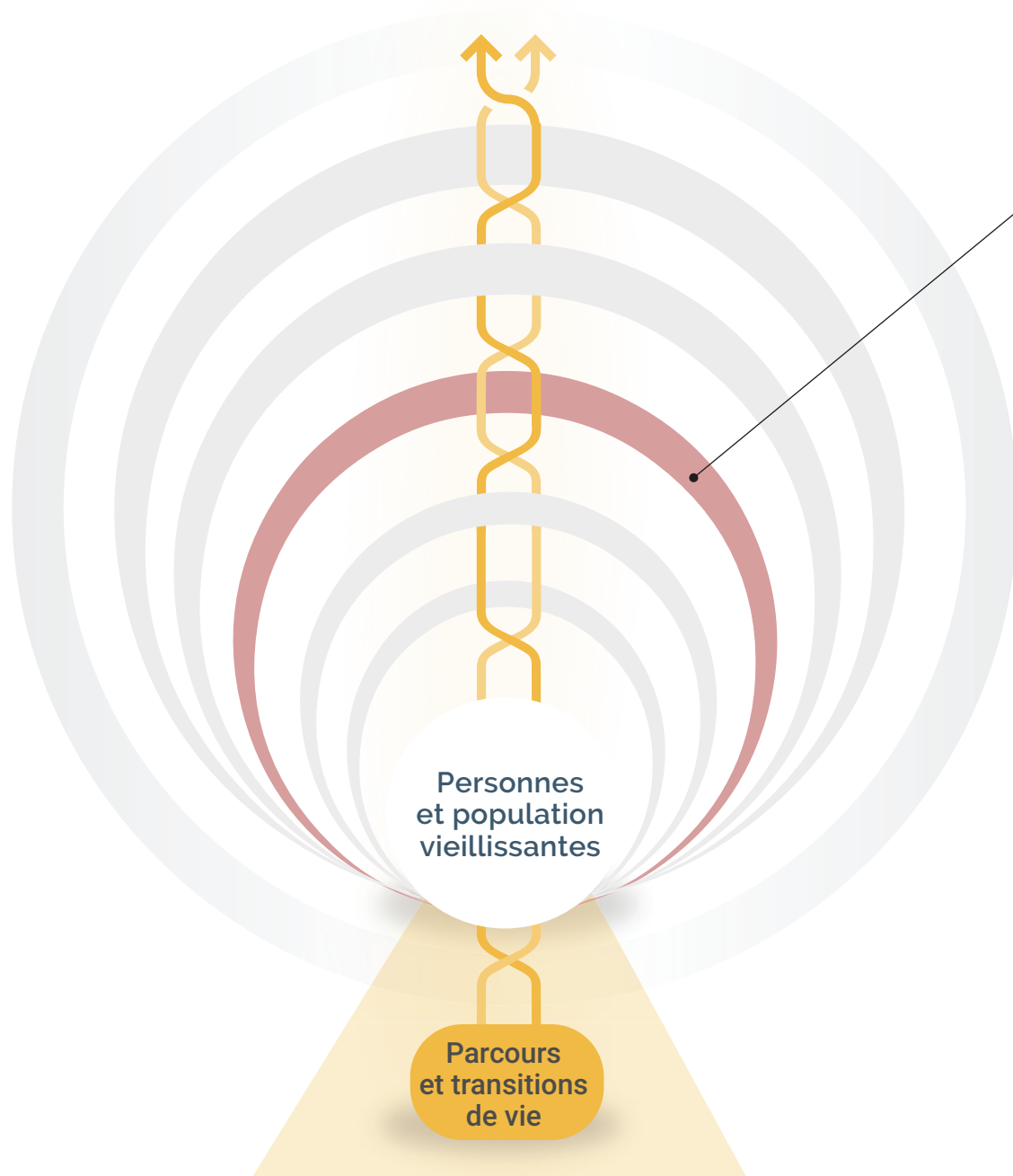
En agissant auprès des proches aidants sur :

- Soutien formel et informel;
- Participation sociale;

En soutenant les réseaux communautaires de proximité pour :

- Maintien ou renforcement de la résilience des personnes et des communautés.

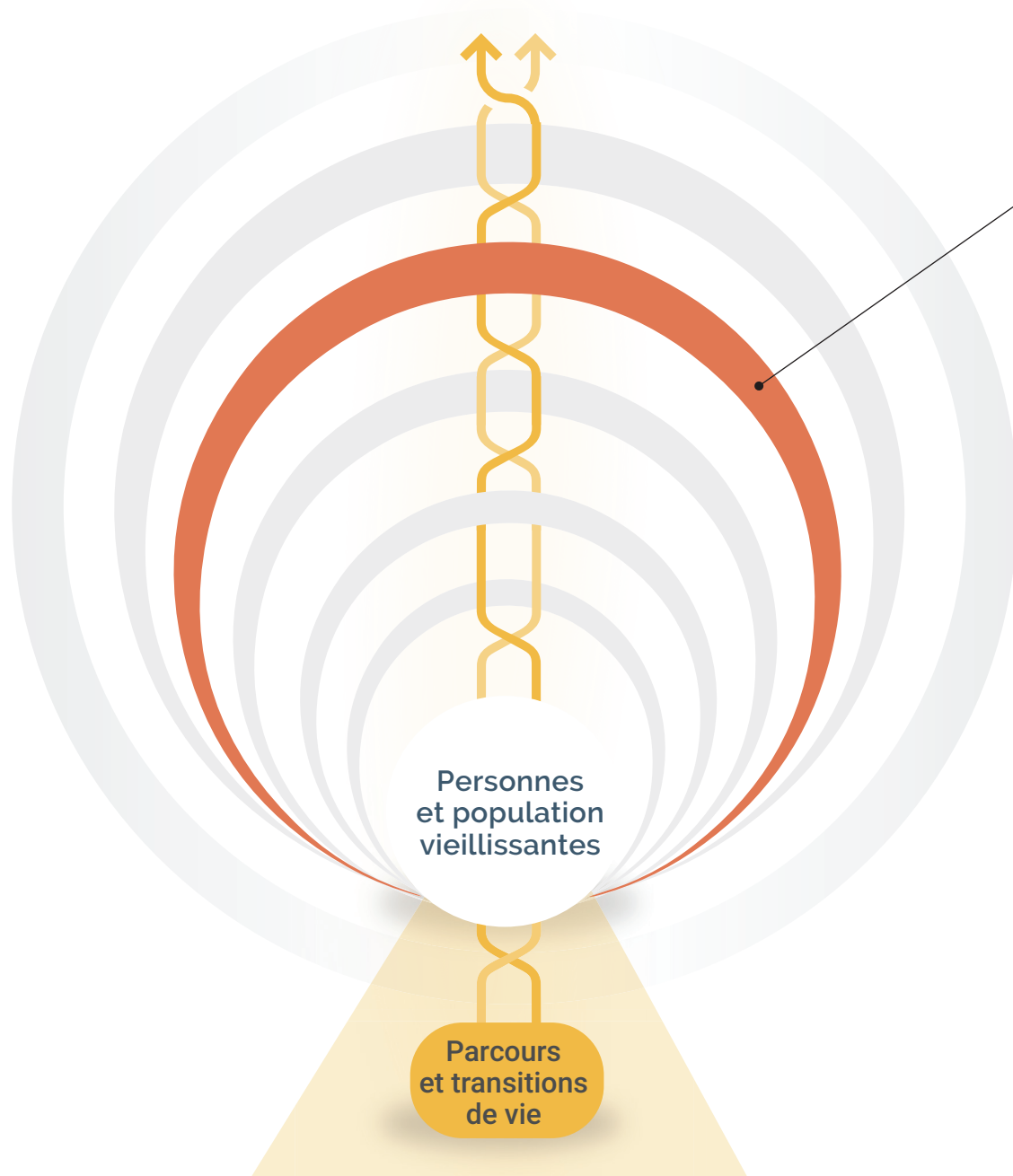
MODÈLE INTÉGRATEUR POUR CRÉER DES CONDITIONS FAVORABLES À LA SANTÉ ET À LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES VIEILLISSANTES : AXE 2



Créer des milieux de vie de proximité sains, adaptables, sécuritaires et accueillants en agissant sur différents plans :

- La qualité du lieu de résidence, à domicile ou en institution publique ou privée : accessibilité physique et économique, sécurité, salubrité, propreté, convivialité, possibilité d'intimité;
- La qualité de vie du voisinage et du quartier : accessibilité, sécurité, propreté, convivialité;
- La sécurité et l'accessibilité universelle des lieux publics;
- Les conditions du travail bénévole ou rémunéré;
- La disponibilité et l'accessibilité de l'ensemble des infrastructures, produits, biens et services de proximité nécessaires à la réalisation des activités quotidiennes (commerces, services institutionnels et communautaires, loisirs, transport);
- Les communautés afin qu'elles soient accueillantes et favorisent les interactions sociales, dont celles intergénérationnelles;
- L'offre de médiation sociale ou d'accompagnement par une personne-ressource pour soutenir la présence de liens sociaux selon les besoins de la personne vieillissante.

MODÈLE INTÉGRATEUR POUR CRÉER DES CONDITIONS FAVORABLES À LA SANTÉ ET À LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES VIEILLISSANTES : AXE 3

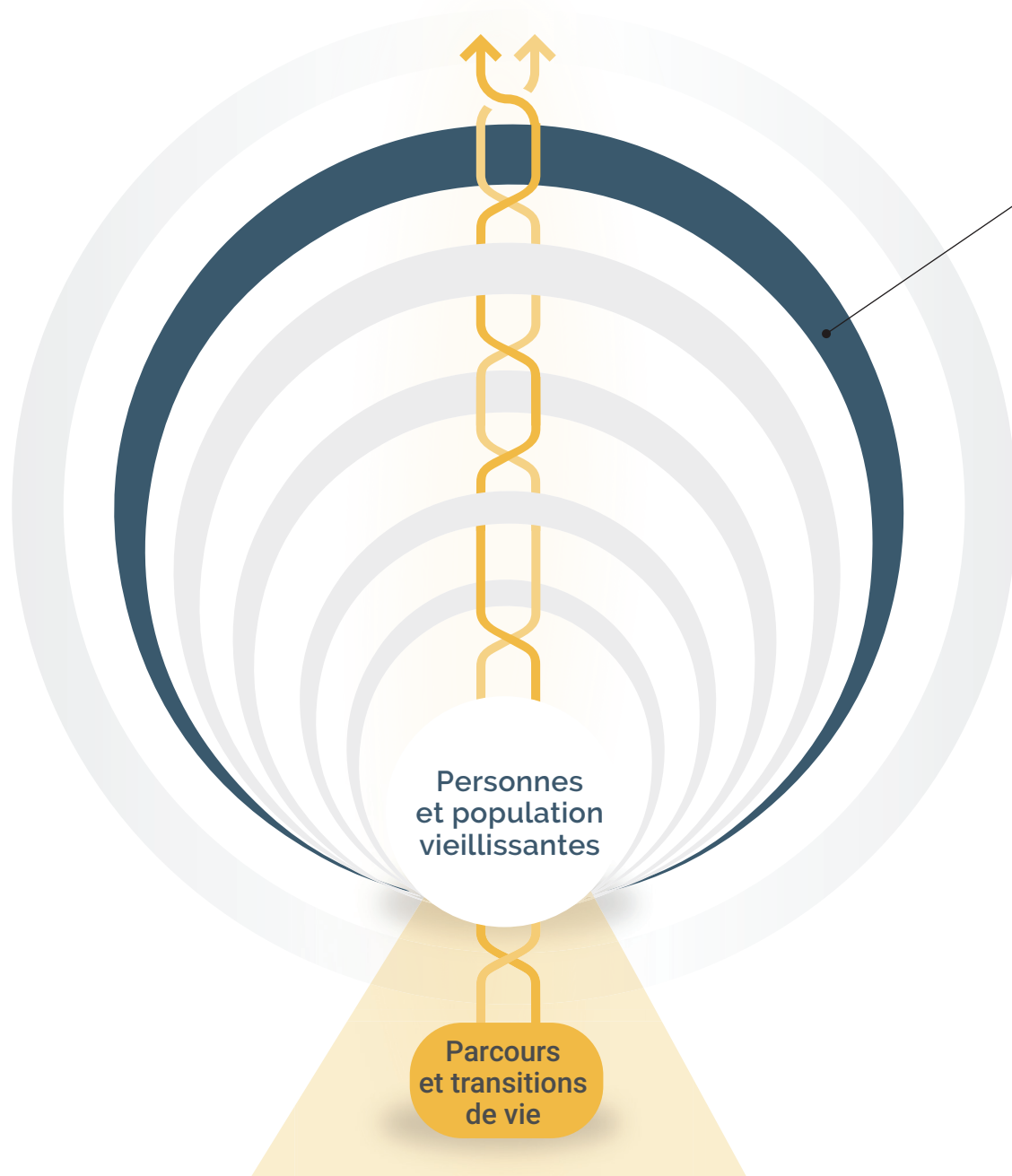


Axe 4

Organiser les services et les actions pour répondre aux besoins sur tout le continuum, de la promotion de la santé aux soins de fin de vie en menant des :

- Actions de promotion de la santé sur l'ensemble des axes du modèle afin de permettre aux individus et aux populations de mieux maîtriser leur santé et les facteurs qui la déterminent;
- Actions de prévention primaire, secondaire, tertiaire et quaternaire afin d'éviter l'apparition des problèmes de santé et leurs conséquences ou pour les diminuer;
- Actions destinées à l'amélioration continue des services dans une optique d'intégration et de continuité optimales, pouvant inclure :
 - Les valeurs, croyances et attitudes des gestionnaires et intervenants;
 - La présence de mécanismes assurant :
 - *La participation des personnes vieillissantes aux décisions les concernant;*
 - *La transmission efficace de l'information;*
 - Le renforcement des compétences professionnelles;
 - Les pratiques professionnelles, inter ou transdisciplinaires;
 - La consolidation des partenariats intersectoriels aux paliers local, régional et national;
 - Des mesures favorisant l'utilisation appropriée des services de la communauté, de première ligne et spécialisés.

MODÈLE INTÉGRATEUR POUR CRÉER DES CONDITIONS FAVORABLES À LA SANTÉ ET À LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES VIEILLISSANTES : AXE 4



Axe 5

Agir de façon intersectorielle sur les normes sociales et les politiques publiques touchant la population vieillissante sur différents plans :

- La prévention des différentes formes d'âgisme;
- La reconnaissance et la valorisation de l'expérience, des savoirs et des contributions des personnes vieillissantes;
- Le soutien aux différentes modalités de participation sociale, incluant la participation citoyenne;
- L'inclusion numérique de la population vieillissante.
- Les politiques publiques :
 - En focalisant sur les domaines ayant le plus grand potentiel d'impact sur la santé et la qualité de vie des personnes vieillissantes;
 - En particulier auprès des personnes qui vivent en situation de plus grande vulnérabilité (p. ex. l'habitation, l'économie);
 - En soutenant celles susceptibles d'optimiser l'efficacité des actions en matière d'âgisme et d'en réduire les impacts négatifs;
 - En les analysant au moment de leur élaboration et en les évaluant lorsqu'elles sont mises en œuvre;
 - En s'assurant qu'elles sont cohérentes entre elles par le biais d'approches intersectorielles et intergouvernementales, à tous les niveaux de gouvernance.

MODÈLE INTÉGRATEUR POUR CRÉER DES CONDITIONS FAVORABLES À LA SANTÉ ET À LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES VIEILLISSANTES : AXE 5

Créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie des personnes vieillissantes : un modèle intégrateur

FICHE SYNTHÈSE

AUTEURS ET AUTRICES

André Tourigny, médecin spécialiste

Mathieu-Joël Gervais, conseiller scientifique spécialisé

Mathieu Maltais, conseiller scientifique spécialisé

Annie Gauthier, conseillère scientifique spécialisée

Direction du développement des individus et des communautés

Lise Cardinal, médecin spécialiste

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale

SOUS LA COORDINATION DE

Maryse Caron, cheffe d'unité

Direction du développement des individus et des communautés

CONCEPTION GRAPHIQUE (nouveau modèle)

Marlène B., designer graphique

La présente fiche synthèse combine des contenus extraits de deux documents publiés antérieurement par l'INSPQ :

- [Perspectives pour un vieillissement en santé : proposition d'un modèle conceptuel](#) (2008).
- [Créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie des personnes vieillissantes : un modèle intégrateur](#) (2024)

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.

Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue ou en écrivant un courriel à : droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca.

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec (2024)

N° de publication : 3501 – Fiche synthèse