



Association québécoise
des retraité(e)s des secteurs
public et parapublic

Le 19 janvier 2022

Conditions de vie des personnes âgées : prenons nos responsabilités !

L'année qui commence est déjà difficile. Avec l'arrivée des vaccins, nous pensions pouvoir reprendre nos vies normales, mais la succession de nouveaux variants et la situation préoccupante dans les hôpitaux ralentissent considérablement le retour à la normalité. Autant pour les enfants, les jeunes adultes que pour les personnes âgées, les moments de découragement et de frustration se multiplient.

Pour les personnes âgées, il y a la peur de la maladie et la crainte d'être, encore une fois, plusieurs semaines sans avoir la possibilité de voir nos enfants et nos petits-enfants. Il y a aussi ce sentiment de perdre des moments que nous ne nous retrouverons jamais. Je pense à ces deux derniers temps des Fêtes que nous avons dû passer à la maison, à ces anniversaires que nous avons vécus à distance, à ces repas que nous n'avons pas pu partager et à tous ces moments en familles et entre amis que nous avons dû annuler.

Des études récentes démontrent que l'isolement social et la solitude seraient aussi risqués pour la santé que le tabagisme ou l'obésité. Je pense donc, par-dessus tout, à ces personnes âgées qui se retrouvaient isolées bien avant la pandémie ou qui, depuis deux ans, le sont de plus en plus.

Je pense aussi à celles qui ont manqué de soins ou de services, celles qui ont vécu dans des milieux de vie inadéquats, celles qui ont été victimes de discrimination ou d'intolérance en raison de leur âge ou de leur statut social. Je pense également à celles qui vivent dans une situation financière précaire et qui s'appauvrissent, de semaine en semaine.

Nous devons prendre nos responsabilités

Nous avons tous notre rôle à jouer et nous devons prendre nos responsabilités. À l'Association, nous avons notamment créé un tout nouveau service *Mieux-être* pour nos membres qui ressentent le besoin de parler d'une situation ou qui ont besoin d'accompagnement. Nous avons également multiplié nos offres de services en ligne et avons organisé des événements spéciaux pour nos membres ! À quelques reprises, nous avons aussi pris l'initiative de contacter nos membres les plus âgés pour nous assurer qu'ils ont accès à toutes les ressources nécessaires.

Comme individu, vous pouvez faire la même chose. Contactez les personnes proches de vous, renseignez-vous sur leurs besoins et sur leur état de santé, prenez le temps de leur parler ou d'aller faire une marche avec eux. Depuis l'arrivée de la pandémie, les Québécois ont répondu massivement et généreusement aux différents appels du gouvernement. Il est temps maintenant de répondre à cet appel de solidarité envers les personnes qui se retrouvent isolées ou qui sont particulièrement affectées par la situation qui perdure !

Faire du vieillissement de la population un projet de société

Cela dit, au-delà des gestes que nous pouvons poser en tant qu'associations ou en tant qu'individus, il y a des choses qui doivent impérativement et rapidement changer en politique. Au cours de la dernière année, nous avons interpellé le gouvernement fédéral pour qu'il assume sa part de responsabilités. Nous avons également rappelé aux maires et aux mairesses qu'en raison de la proximité avec leurs citoyens ils et elles ont le pouvoir d'intervenir pour favoriser le maintien de l'autonomie des personnes âgées dans leurs communautés. Cet automne, ce sera au tour du gouvernement Legault de déclencher des élections et de défendre son bilan et sa gestion de la pandémie.

Le premier ministre et son parti auront des réponses à donner et la population pourra s'exprimer. De notre côté, nous nous assurerons que l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées se retrouve au centre des enjeux électoraux. Les défis liés au vieillissement de la population ont été poussés sous le tapis depuis des décennies. Les personnes âgées ne font tout simplement pas partie de l'équation dans l'élaboration des politiques publiques. Pourtant, dans une quinzaine d'années, les personnes de plus de 65 ans constitueront le quart de la population québécoise. Nous ne pouvons plus traiter des enjeux liés au vieillissement de la population seulement lorsqu'il est question du système de santé.

À l'instar des générations qui nous suivent, les enjeux qui touchent et impactent notre société nous affectent également et les décisions qui sont prises ont des conséquences sur nos conditions de vie. Par exemple, la science démontre que les personnes âgées, en situation de vulnérabilité, sont exposées à un risque plus élevé face aux changements climatiques. Or, avez-vous déjà entendu parler de l'impact du réchauffement de la planète sur les âgées ? Il est temps que les personnes âgées soient considérées et impliquées dans les décisions liées à ces enjeux. Comme société, nous devons prendre nos responsabilités.

Faire du vieillissement de la population un projet de société, n'est-ce pas ce que nous pouvons nous souhaiter de mieux pour 2022 ?

Rose-Mary Thoney

**Présidente de l'Association québécoise des retraité(e)s
des secteurs public et parapublic (AQRP)**