



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

Le 4 mai 2020

## **Déconfinement : Nous devons également établir un plan pour les aînés !**

Comme présidente de l'AQRP, j'ai lu et j'ai entendu, depuis le début de la pandémie, des dizaines de témoignages de retraités et d'aînés souffrant de la situation actuelle et du confinement. Bien sûr, il y a la peur de la maladie, mais aussi, et bien sûr, il y a la crainte d'être encore plusieurs mois sans voir nos enfants et nos petits-enfants. À cela s'ajoutent ce sentiment d'injustice et, disons-le, cette frustration qui nous envahit par moment et qui occupe parfois toutes nos pensées. Cette impression d'être discriminé en raison de notre âge et d'être confiné à un rôle de spectateur passif, alors que nous sommes les principales victimes de cette maladie et du confinement.

Depuis le début de la crise, la population a dû changer ses habitudes et ses comportements, mais la plupart des gens peuvent continuer de sortir, de marcher et d'aider les autres. Le vrai confinement, la vraie solitude, ce sont les aînés qui la vivent. Alors, en mon nom personnel et en celui de l'association que je représente, je remercie les aînés de continuer à respecter les recommandations malgré le sacrifice énorme que cela demande.

À la lumière des nombreux commentaires que nous recevons et alors que la société se prépare à vivre progressivement le déconfinement, il m'apparaît important que les aînés ne soient pas oubliés dans ce processus. Comme association, nous allons demander d'être consultés et nous allons soumettre des propositions concrètes.

Nous le savons, l'isolement complet prolongé risque de créer des effets encore plus négatifs que celui de la maladie. Alors, ne serait-il pas possible de mettre en place des mesures pour amoindrir les effets de l'isolement et de permettre un certain retour à la normalité pour nos aînés, tout en s'assurant de leur sécurité ?

Pourrait-on, par exemple, demander aux commerces (épiceries, quincailleries, et éventuellement les centres commerciaux, etc.) qu'une plage horaire soit réservée aux aînés, une journée ou deux par semaine, toujours en s'assurant du respect des règles de distanciation sociale et des mesures de sécurité nécessaires ? Pourrait-on également envisager la mise en place de mesures temporaires (supervision, modification de la disposition des lieux, etc.) qui permettraient aux aînés autonomes vivant dans une résidence pour personnes âgées de sortir sans risquer de croiser les autres locataires de trop près, et ainsi avoir les mêmes libertés que ceux qui vivent dans une maison ?

Les aînés ont besoin, et, ils méritent qu'un plan de déconfinement clair leur soit personnellement destiné. Alors que les dernières semaines ont été difficiles et angoissantes, les aînés, comme le reste de la population, ont maintenant besoin d'un peu d'espoir.

**Rose-Mary Thoney**  
**Présidente de l'AQRP**