

« La richesse des arbres ancestraux »

RAPPORT D'ENQUÊTE SUR LA
QUANTIFICATION DE LA PARTICIPATION SOCIALE
D'AÎNÉS DE L'AQDR DES CHENAUX, VARIÉTÉ ET FACILITATION
Consultation téléphonique réalisée auprès d'utilisateurs

Travail réalisé pour l'AQDR des Chenaux
par Chantal Létourneau,
retraîtée de l'enseignement et de la recherche en psychologie

Le 30 novembre 2023

INTRODUCTION

La problématique

En 2020, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) définissait l'âgisme comme « les stéréotypes (la façon d'envisager l'âge), les préjugés (ce qu'inspire l'âge) et la discrimination (la façon de se comporter), dont on est soi-même victime ou dont autrui est victime en raison de l'âge. » (CANADA, Emploi et développement social Canada, 2023) Le Guide de discussion sur l'âgisme rappelle aussi l'existence du phénomène de l'autoâgisme.

Malheureusement, la perte de liberté auxquelles nos aînés ont été soumis durant la pandémie rappelle un traitement qu'on ferait subir à des citoyens de seconde classe, citoyens dont le seul tort serait d'avoir réussi à vivre au-delà d'une certaine période de temps. Pourtant, dans l'ensemble, ces personnes n'ont rien qui les rendrait moins valables que les autres citoyens, bien au contraire. À titre d'exemple, en 2017, le Conseil consultatif en matière de croissance économique estimait que « 56 milliards de dollars par année seraient ajoutés au produit intérieur brut du Canada si le nombre de travailleurs âgés de 55 à 69 ans passait de 54 % (...) à 62% ». (CANADA, Conseil consultatif en matière de croissance économique, 2017)

En cet âge technologique dans lequel l'aîné représente beaucoup moins qu'auparavant une ressource essentielle ayant pour rôle de transmettre du savoir (savoir-faire, savoir-être, savoir philosophique, etc.), il est facile pour notre société moderne de négliger cette partie de la population. Malheureusement, cela ne risque pas d'amoinrir seulement que le PIB. Certes, cela risque d'affecter les aînés, le soutien social (réel et/ou perçu), leur image de soi, leur estime de soi, et de susciter des sentiments de solitude et d'insatisfaction face à la vie chez des adultes de plus en plus jeunes. Mais par surcroît, cela incite notre société à se priver de ressources importantes pour tout un chacun. Pourtant, en 2012, une étude pancanadienne révélait que 80% des personnes de 65 ans et plus, dans leur quotidien, « participaient fréquemment à au moins une activité sociale » et que plus de 75% percevaient leur état de santé comme étant bonne, très bonne ou excellente (Gilmour, 2012).

La biologie nous apprend que, bien qu'ayant perdu leurs feuilles, les vieux arbres soutiennent une abondance de vie insoupçonnée. C'est dans cet esprit que le présent projet intitulé « **La richesse des arbres ancestraux** », visait à évaluer pour revaloriser la richesse de la participation sociale des aînés, son importance, la diversité de ses manifestations, ce qui l'entrave et ce qui pourrait la faciliter.

Bien que les chercheurs n'aient pas encore atteint un consensus clair sur ce qu'est la participation sociale des aînés (Hashidate, Shimada, Fujisawa & Yatsunami, 2021), il

est évident que ce qui est mesuré par différents moyens est associé à la santé et la qualité de vie des aînés (Gilmour, 2012). Dans ce cadre, on conçoit aussi que la participation sociale et la santé (qu'elle soit physique ou mentale) s'affectent mutuellement. Cela dit, le mandat fixé étant déjà considérable pour les limites des ressources disponibles, au contraire de beaucoup d'études sur le sujet, les bénéfices de la participation sociale des aînés pour ces derniers n'ont pas été examinés dans la présente enquête. À l'inverse, on a plutôt investigué et quantifié la diversité des manifestations de la participation sociale dont bénéficie la société, ceci dans l'objectif d'arriver à l'apprécier davantage à sa juste valeur.

Objectifs de l'enquête

La présente enquête avait une triple visée. Tout d'abord, établir autant que possible la diversité des manifestations de la participation sociale. Ensuite, il s'agissait de mesurer, selon ce qui convenait le mieux à la mémoire, la fréquence ou la durée des comportements manifestant de la participation sociale. Enfin, des facteurs entravant la participation sociale dans les 12 derniers mois ont été examinés, de même que des facteurs pouvant potentiellement favoriser la participation sociale.

Analyse conceptuelle

Les questions de recherche auxquelles les données recueillies devaient donner un éclairage sur les personnes retraitées et préretraitées sont énoncées ci-dessous. Essentiellement, ont été étudiés trois grandes catégories de comportements manifestant la participation sociale, et cela, sur deux périodes, soit, dans les 12 derniers mois et avant la retraite.

Dans un premier temps, le terme « **action sociale** » a été envisagé comme l'ensemble des contributions que font les aînés et qui seraient potentiellement monnayables si elles n'étaient pas fournies par ces derniers. Le travail rémunéré après retraite et la proche aidance ont été traités séparément. Le bénévolat pour une organisation a été traité à la fois séparément et en combinaison avec l'aide concrète informelle, l'aide matérielle et l'aide informationnelle.

- En cette période de pénurie de main d'œuvre, quelle est la participation des retraités aux domaines suivants:
 - Le travail rémunéré (officiel ou non);
 - La proche aidance;
 - Le bénévolat pour une organisation;

- En cette période d'inflation, quelle est la contribution des aînés envers leur entourage dans les domaines suivants:

- L'aide concrète (instrumentale) informelle (aider dans des rénovations, accompagner quelqu'un à un rendez-vous, garder les petits-enfants, etc.);
- L'aide matérielle (dons en argent, d'objets usagés ou fabriqués par soi);
- L'aide informationnelle (conseils, instructions, mentorat, etc.).

Dans un second temps, l'enquête examinait ce qui est offert par les aînés et qui, sans être monnayable, entre autres parce que souvent pris pour acquis dans le cadre des relations interpersonnelles, comporte un coût social non négligeable sur le plan de la santé mentale lorsque faisant défaut. Cette offre a été regroupée sous le vocable de « **soutien social** ».

En cette période post-covid, les conflits mondiaux sont devenus anxiogènes pour certains, la santé psychologique de la population est mise à mal et les ressources d'aide sont largement insuffisantes.

Quelle est la part de soutien émotionnel offerte par les aînés à leur entourage?

En cette période où beaucoup, quel que soit le groupe d'âge, vivent de l'isolement, quelle est la « présence agréable » offerte par les aînés, juste pour le plaisir de passer du temps ensemble?

- En personne;
- De façon virtuelle, au téléphone ou en ligne;

Un troisième volet de la participation sociale a été examiné qui concerne des activités pouvant refléter une préférence personnelle pour la participation sociale. Nommé ici « **sociabilité** », ce volet concerne la tendance à rencontrer des gens et à ne pas fuir certaines activités même lorsqu'elles impliquent forcément la rencontre d'autrui, par exemple, en allant à la poste.

- Quelle est l'importance des différentes manifestations de la sociabilité?
 - Faire des courses;
 - Activités de socialisation diverses, qu'elles soient d'ordre culturel, spirituel, sportif, intellectuel, récréatif, militant, etc.;
 - Suivi de l'actualité par divers médias d'information;
 - La sociabilité autoévaluée;
 - Évaluée subjectivement par soi-même sur une échelle de 0 à 10;

- Vote aux trois paliers de gouvernement;
- L'implication au niveau municipal ou dans le quartier.

Enfin, en tant qu'agent de réintégration de nos aînés à la vie de notre société, l'AQDR des Chenaux cherche à évaluer l'importance des **facteurs entravant** la participation sociale des aînés, qu'ils soient d'ordre personnel (âge, état de santé, sociabilité, etc.) ou d'ordre sociétal (ressources financières, en transport, etc.).

- Quels sont les divers facteurs susceptibles d'empêcher les aînés de participer socialement?
- À cet égard, quelle est l'importance des facteurs liés à
 - La santé (visuelle ou auditive), la mobilité, l'état de santé général;
 - L'état de santé de la personne avec laquelle on vit;
 - Les distances;
 - La timidité;
 - Les responsabilités (familiales ou personnelles);
 - L'absence d'un(e) accompagnateur/trice;
 - La présence de problèmes de consommation contre lesquels on lutte;
 - Le manque de moyens financiers;
- Quel est le sentiment de solitude vécu par les aînés
 - Tel que mesuré par trois questions selon une fréquence annuelle; avant la retraite et dans les 12 derniers mois.
- À l'inverse, quel serait l'effet potentiellement facilitant d'améliorations dans les domaines suivants :
 - Le transport;
 - Le milieu de vie;
 - L'aide financière;

Enfin, étant donnés des scores cumulés d'action sociale, de sociabilité, de solitude, etc., pré- et post-retraite), des questions plus globales ont été examinées tel que :

- Dans quelle mesure le fait d'être retraité ou préretraité facilite-t-il l'action sociale, le soutien social et la sociabilité?

- Quel est le rapport entre le genre et la participation sociale?

MÉTHODE

Procédure

Avant de procéder à l'enquête, une brève étude pilote a permis de mettre au point la procédure et de raffiner le schéma d'entrevue structurée.

Le déroulement de l'entretien téléphonique allait comme suit :

- Présentation de la personne mandatée par l'AQDR des Chenaux;
- Présentation du projet d'enquête comme portant sur « les changements que la retraite entraîne sur les activités des personnes » ;
- Information quant à la liberté de mettre fin à l'entretien en tout temps;
- Cueillette d'informations concernant les concepts décrits ci-dessus;
- Remerciement pour la participation des répondants et appréciation subjective de l'entretien par les répondants;
- Informations concernant l'objectif de mesurer la participation sociale des personnes retraitées ou pré-retraitées;
- Informations sur la communication des résultats (à un café-rencontre, à la publication mensuelle de l'AQDR des Chenaux ainsi que dans le journal local);
- Référence à Info-santé – Info-sociale lorsque jugé approprié, i.e. auprès de personne nous apparaissant esseulées.

Durant l'entretien, les réponses de chaque individu étaient notées sur un fichier Word sans identification pour ensuite être saisies pour analyse dans un fichier Excel unique.

Généralement, les entretiens duraient entre 30 et 45 minutes. Bien que le processus nécessitant l'identification de fréquences et durées de comportements était quelque peu fastidieux de part et d'autre, l'évaluation systématique de l'expérience par les répondants reflétait, au pire, que le processus était « correct », et au mieux, « agréable; ça nous fait réaliser tout ce qu'on fait ». Néanmoins, l'impression que certains répondants (deux) donnaient des évaluations chiffrées de façon nonchalante (suggérant une difficulté importante à évaluer la fréquence et/ou la durée de certains comportements), une échelle de validation des résultats chiffrés a été utilisée afin d'examiner le bien-fondé de retirer certaines données de l'échantillon, ce qui n'a pas été nécessaire finalement. Notons aussi que, dans l'ensemble, les entrevues se sont déroulées dans le cadre d'un contact chaleureux et agréable.

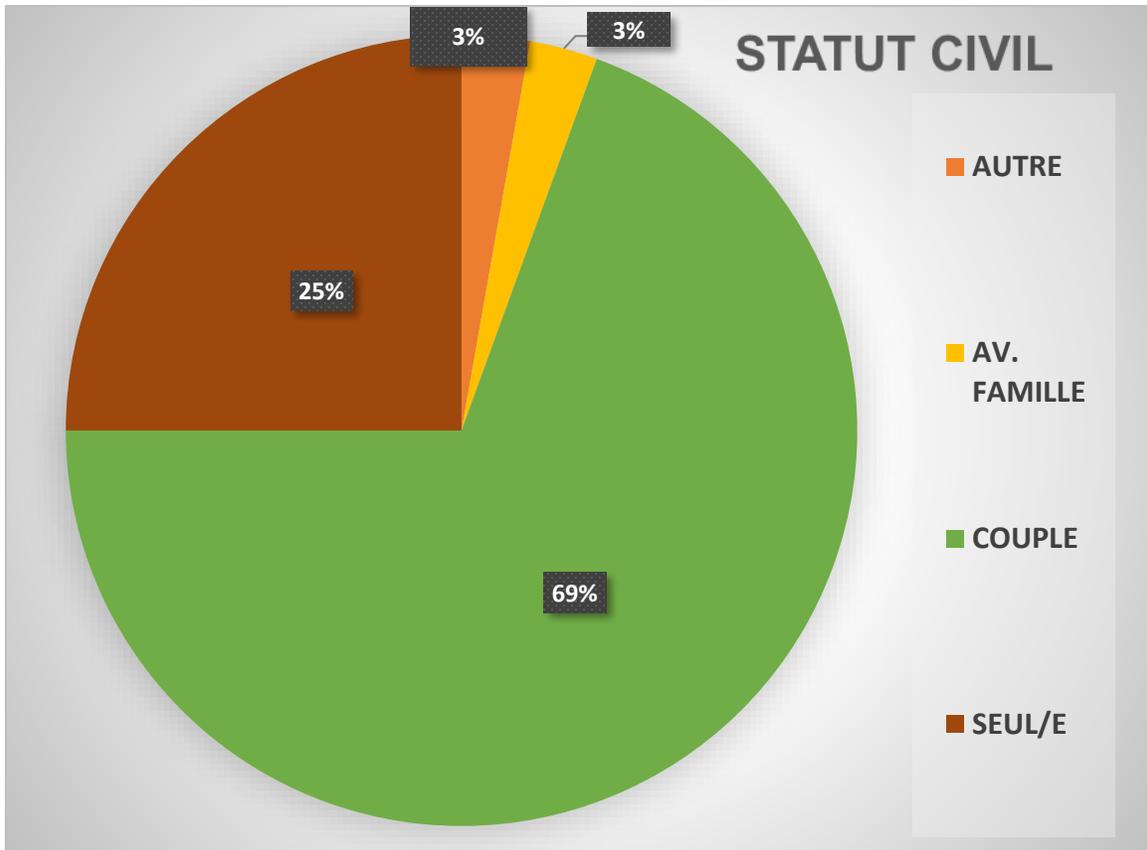
RÉSULTATS

L'échantillon

Dans le cadre de la consultation de l'AQDR des Chenaux sur « la façon dont la retraite affecte les activités des personnes », des données ont été recueillies sur 36

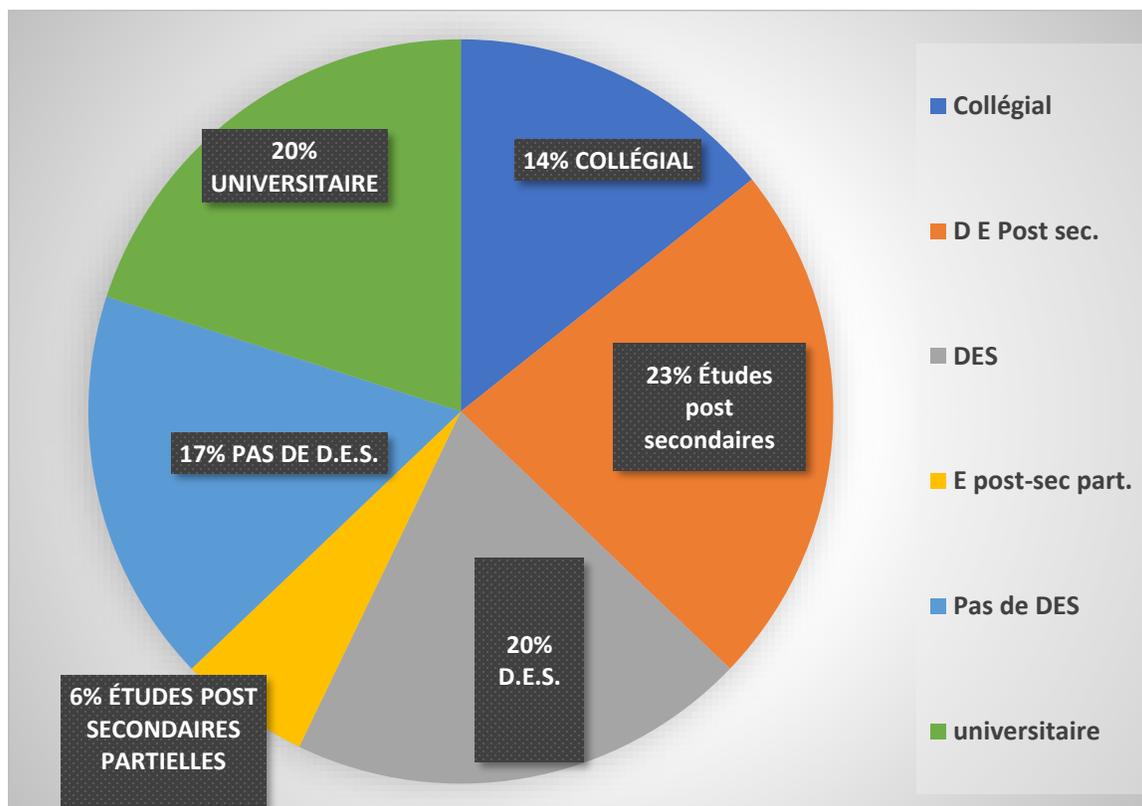
répondants, dont 18 hommes et 18 femmes. (Huit des personnes sollicitées ont refusé de participer.) Les participants étaient tous membres de l'AQDR des Chenaux. Ils étaient âgés entre 65 et 75 ans et retraités depuis l'âge de 60 ans, en moyenne, et 65 ans, selon le mode.

Le graphique ci-dessous présente la distribution des répondants selon l'état civil. La majorité (69%) des personnes vivaient en couple et 25% seules.



La grande majorité des répondants vivaient en maison privée unifamiliale, soit 32/36, trois en appartement et une dans un autre arrangement.

Le graphique ci-dessous présente la distribution des niveaux d'études, lesquels étaient distribués de façon relativement uniforme.



Analyse des activités de participation sociale

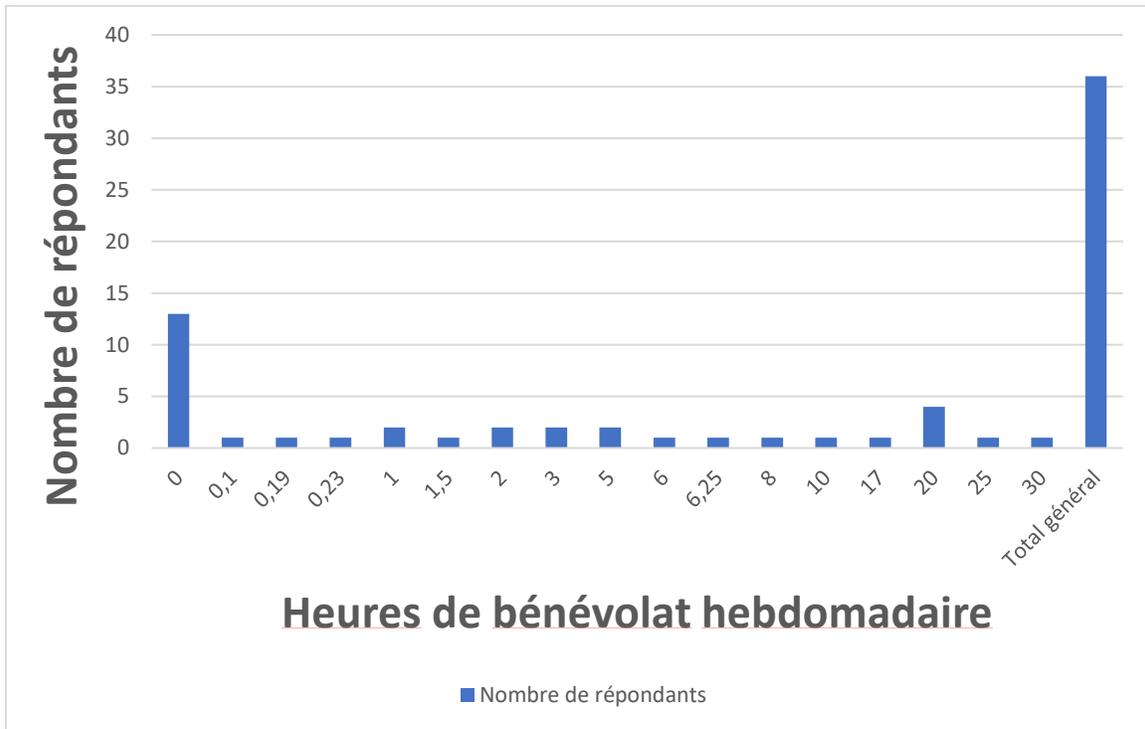
Travail post-retraite : 2/36 personnes avaient effectué un retour au travail après la prise de retraite de leur activité de carrière principale.

Proche aidance : 14/36 personnes cumulaient ensemble une moyenne de 300 heures par semaine, soit 8,3 heures par semaine par personne.

Bénévolat organisé : Dans l'ensemble, les répondants faisaient en moyenne 6 heures par semaine de bénévolat pour une organisation.

L'action sociale combinée : le bénévolat organisé combiné à l'aide concrète, l'aide matérielle et l'aide informationnelle, obtenait une fréquence de 79 par année, soit en moyenne une fois aux quatre jours pour chacun des répondants. (À noter que le nombre d'heures de bénévolat organisé avait préalablement été transformé à raison d'un événement pour chaque deux heures de bénévolat, ceci afin de pouvoir calculer une fréquence moyenne.)

Le graphique ci-dessous illustre la distribution des heures de bénévolat parmi les répondants. Treize des répondants ne faisaient aucun bénévolat.



Le soutien social combiné : Les fréquences de soutien émotionnel combinées à celles de présence agréable et de présence virtuelle se montaient à 228 fois par an, soit une moyenne de 4,5 fois par semaine par personne.

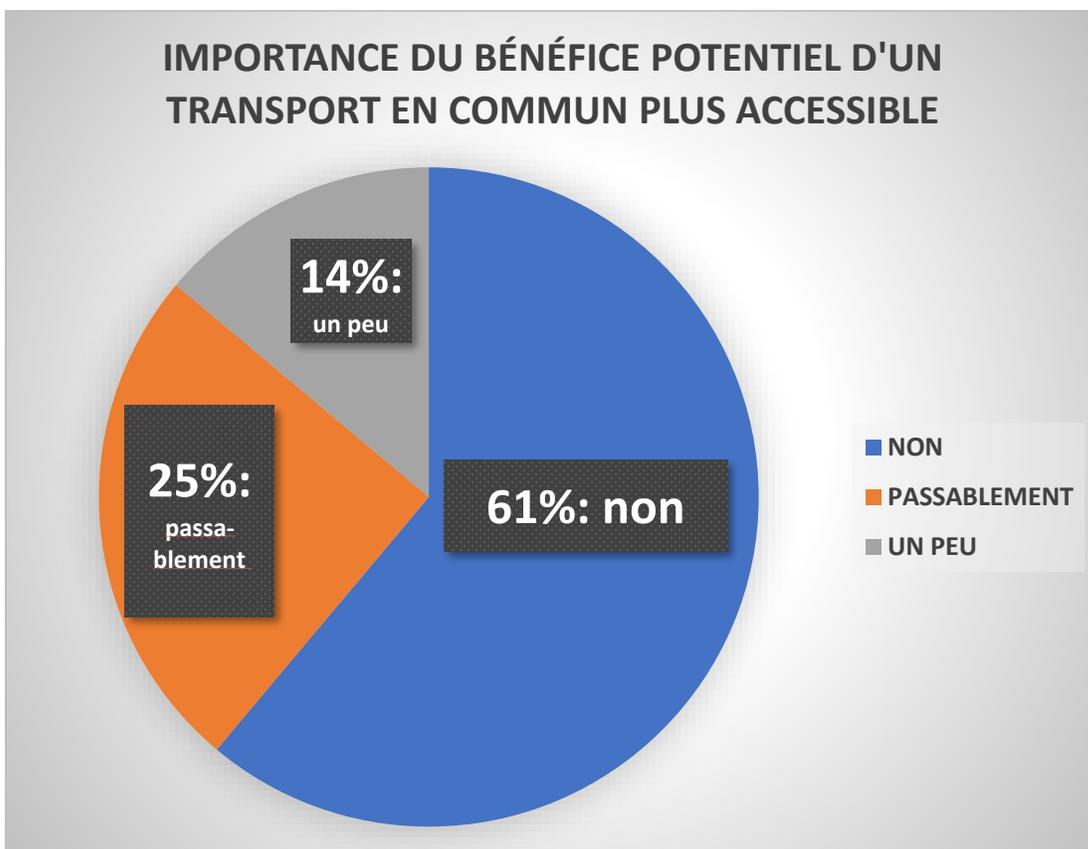
La sociabilité : En combinant les fréquences d'activités de socialisation diverses, l'activité physique, le suivi de l'actualité, les courses, les voyages, le vote aux trois paliers de gouvernement, l'implication au niveau municipal et la sociabilité auto-évaluée, l'analyse indique que les répondants faisaient preuve de sociabilité environ 9 fois par semaine par personne, soit 464 fois par an.

Les entraves à la participation sociale : Évaluées pour les 12 derniers mois, les fréquences d'endossement des obstacles possibles allaient comme suit :

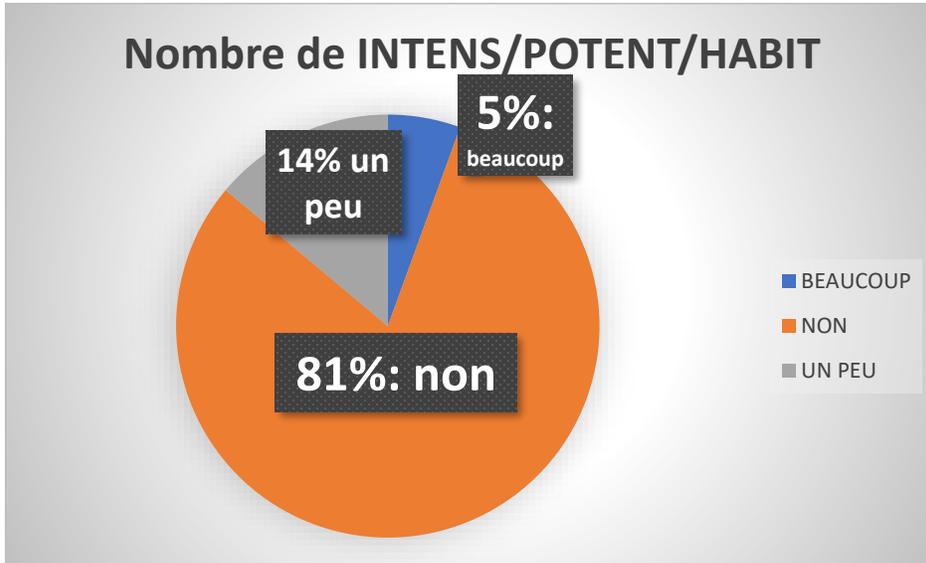
- **La santé (physique/mentale) d'un proche : 3/36**
- **Sa propre santé : 5/36 (passablement ou beaucoup)**
- **Les distances : 6/36**
- **La timidité : 7/36**
- **Les responsabilités familiales : 5/36**

- Les responsabilités personnelles : 5/36
- L'absence de compagnie : 6/36
- Les problèmes de consommation... : 1/36
- Le manque de moyens financiers: 6/36.

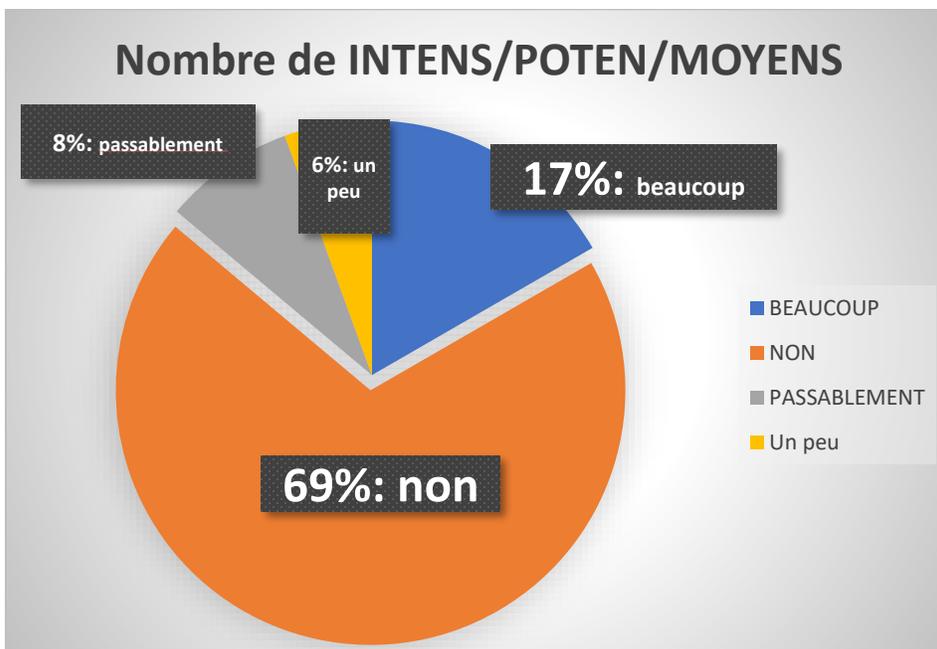
Les facilitateurs potentiels de la participation sociale : Interrogés sur l'appréciation d'éventuelles améliorations sur l'accès au transport en commun, 61% des répondants ne se voyaient pas bénéficier de telles mesures. Voir graphique ci-dessous.



Interrogés sur le bénéfice potentiel d'un **changement d'habitation** pour ce qui est de voir plus de personnes et/ou faire plus d'activités, 81% des répondants ne croyaient pas pouvoir bénéficier de tels changements. Voir graphique ci-dessous.



Interrogés sur le bénéfice potentiel d'une augmentation de leurs **moyens financiers** pour ce qui est de voir plus de personnes et/ou faire plus d'activités, 69% indiquaient ne pas croire pouvoir bénéficier de tels changements. Voir graphique ci-dessous.



Effets de la prise de retraite : La comparaison des fréquences pré et post-retraite indique peu de changement pour ce qui est de **la sociabilité combinée**, et ce, même en séparant les données selon le genre.

La comparaison des fréquences pré et post-retraite indique peu de changement pour ce qui est de **l'action sociale combinée**. Toutefois, en séparant les données selon le genre, des changements importants sont observés. C'est ainsi que **l'aide concrète** par les hommes passe de 70 à 80 fois par an en moyenne et que **l'aide matérielle** des femmes passe de 4 à 22 fois par an. En contrepartie, **l'aide informationnelle** des femmes diminue, passant de 26 à trois fois par année.

La comparaison des fréquences pré et post-retraite indique une augmentation importante du **soutien social**, passant de 1,8 à 4,5 fois par semaine par personne, soit de 93 à 228 fois par an. Autrement dit, il s'agit d'un phénomène 2,5 fois plus fréquent qu'avant la retraite. En séparant les données selon le genre, bien que les rencontres agréables des hommes passent de 20 à 9 fois par an, le soutien émotionnel offert par les femmes passe de 12 à 54 fois par an, la présence virtuelle des femmes passe de 60 à 180 fois par an et les rencontres agréables de femmes passent de 12 à 24 fois par an.

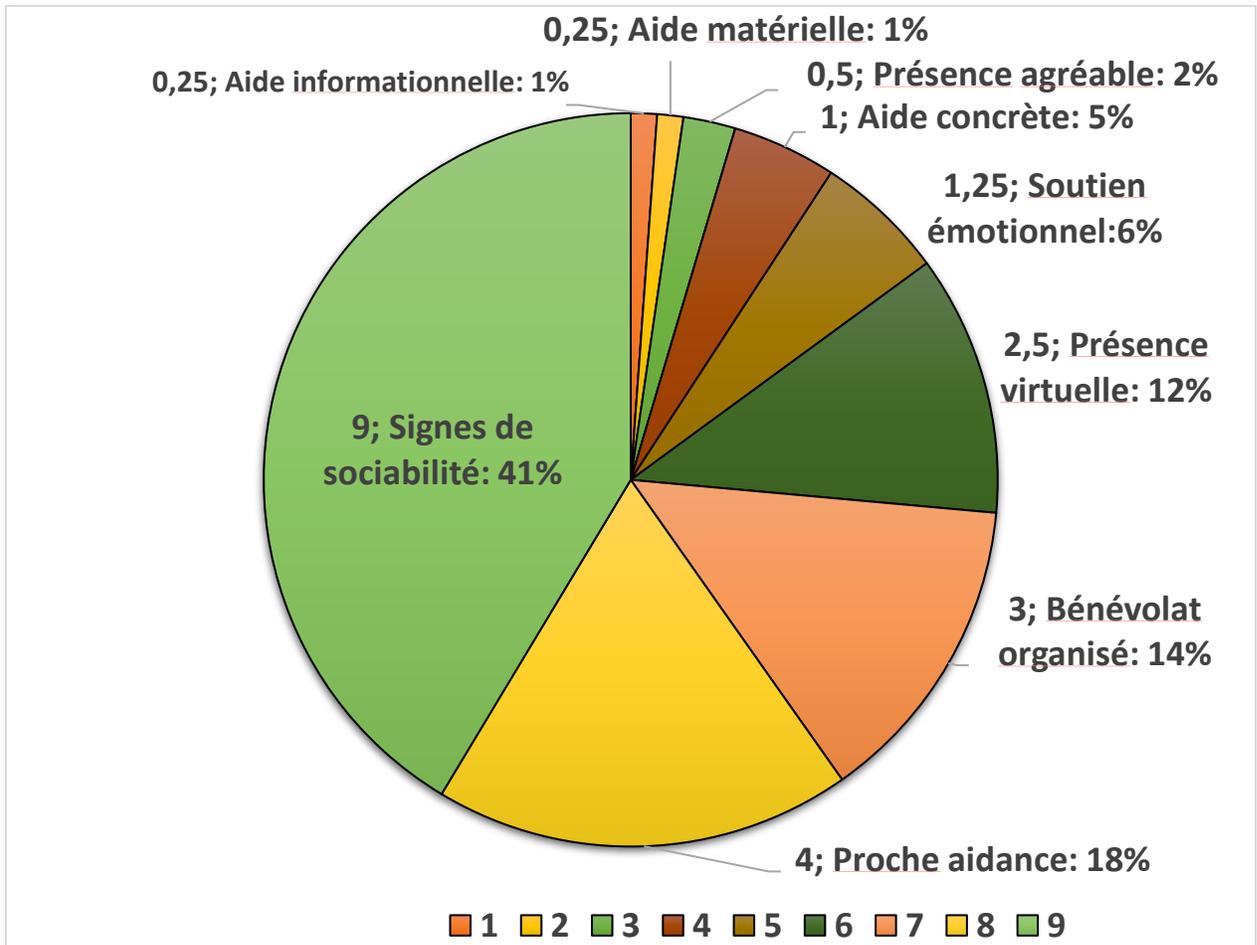
Échelles supplémentaires : L'échelle de satisfaction face à sa vie indique un niveau de satisfaction moyen de 8/10.

L'échelle de solitude indiquait que trois personnes sur 36 éprouvaient de la solitude par moments.

La semaine typique d'une personne retraitée: En totalisant la fréquence des comportements de participation sociale et en la divisant par le nombre de répondants, il a été possible d'évaluer que la personne retraitée manifeste typiquement de la participation sociale environ 21 fois par semaine. Plus précisément, à chaque semaine, cette personne théorique...

- **donne des signes de sociabilité 9 fois;**
- **agit comme proche aidante 4 fois;**
- **fait du bénévolat pour une organisation 3 fois ;**
- **offre une présence virtuelle 2,5 fois ;**
- **offre du soutien émotionnel 1,25 fois;**
- **offre une aide concrète 1 fois;**
- **offre une présence agréable 0,5 fois;**
- **offre une aide informationnelle 0,25 fois;**
- **offre une aide matérielle 0,25 fois.**

En d'autres mots, c'est trois fois par jour que la personne retraitée manifeste de la participation sociale. Voir graphique ci-dessous.



Limites de l'étude

Comme toute étude, il faut tenir compte de ses limites dans l'interprétation de ses résultats. D'abord, force est de constater que l'échantillon représente un groupe de personnes qui sont possiblement plus favorisées que la personne retraitée moyenne. Il n'est donc par complètement représentatif de la population générale. Toutefois, ses données excluent d'emblée la généralisation qui voudrait que les aînés ne représentent que des coûts pour la société.

Il est aussi clair que les données ont été recueillies sur la base de la mémoire des personnes interviewées et que les souvenirs des actions posées avant retraite sont probablement moins fiables que ceux des derniers 12 mois; en cela, ils risquent d'avoir

mené à une sous-estimation des comportements avant retraite, mais l'inverse est aussi possible. Néanmoins, cette limite n'ôte rien à la validité de l'évaluation des comportements post-retraite.

Enfin, il faut garder à l'esprit que les données recueillies reflètent la réalité des personnes nées entre 1948 et 1957, ce qui entraîne nécessairement certains effets de cohorte dont il faut toujours tenir compte. En d'autres termes, il n'est pas exclu que l'importance de la participation sociale des aînés change avec le temps, ce qui restera à investiguer par d'autres chercheurs.

DISCUSSION

L'analyse des **facteurs pouvant interférer** et des **facteurs susceptibles de favoriser la participation sociale** est cohérente avec le fait que l'échantillon de la présente enquête avait un niveau assez élevé de **satisfaction face à sa vie** et relativement peu de **solitude**. De plus, les informations relatives aux moyens financiers suggèrent que, dans l'ensemble, les besoins des répondants étaient déjà relativement satisfaits, ce qui fait qu'aucun des facteurs défavorables n'apparaissait comme jouant un rôle important et que peu de potentiel était attribué à des conditions éventuellement susceptibles de permettre de voir plus de personnes et/ou d'avoir plus d'activités. Cela pourrait aussi expliquer, au moins partiellement, la richesse de ce qu'offrent ces retraités au milieu dans lequel ils vivent.

Pour ce qui est de l'impact de la prise de retraite, il n'est pas étonnant de constater que **la sociabilité** change peu avec cette transition puisqu'on peut associer ce trait de caractère au tempérament, lequel est une donnée initiale fondamentale dans le développement de la personne puisqu'on peut distinguer très tôt chez les nouveau-nés des différences dans l'ouverture aux expériences. Sauf en cas d'expériences pouvant affecter radicalement certaines personnes, comme une maladie grave, ce trait de personnalité demeure relativement inchangé tout le long de la vie et entraîne dans les rencontres de tous les jours des manifestations qui ne peuvent qu'avoir un impact positif sur la santé mentale de la communauté.

Dans le même ordre d'idée, **le soutien social combiné** augmente de façon remarquable avec la prise de retraite, gain qui serait majoritairement imputable à l'apport des femmes. Il semblerait donc que la perte en échanges sociaux due au retrait du milieu de travail soit compensée, surtout chez les femmes, par un réinvestissement à l'extérieur du milieu de travail après la retraite. Cela est cohérent avec les études indiquant que les veufs bénéficient particulièrement sur le plan de la santé du fait d'avoir une ou des sœurs, une ou des filles.

Quant à **l'action sociale** telle que définie ici, chez les femmes, la perte drastique en aide informationnelle offerte avec la retraite, semble compensée par l'aide matérielle qui augmente de façon très importante chez les femmes et l'aide concrète qui augmente

légèrement chez les hommes. D'une part, l'augmentation de l'aide matérielle des femmes pourrait s'expliquer par la fabrication de biens de consommation qui se fait de façon prolongée et fréquente comme le tricot. La baisse en aide informationnelle chez les femmes, quant à elle, est cohérente avec les études sur la communication et les rôles que prennent les femmes dans les échanges avec les autres. En effet, Adler et Proctor II (2010) indiquent que les hommes parlent davantage des tâches alors que les femmes ont tendance à se centrer sur les relations. (p.138) (Évidemment, de telles tendances peuvent être affectées par d'éventuels effets de cohorte.) Aussi, sans avoir encore analysé les données pertinentes, il a été remarqué que l'aide concrète apportée par les hommes avait souvent trait à des compétences concernant l'entretien des propriétés et la rénovation.

Bref, il semblerait que les retraités continuent après la retraite à contribuer à la santé mentale de la société, par leur présence sociable et le soutien moral qu'ils offrent. De plus, ils contribuent à leur milieu en fabriquant des biens de consommation et en offrant des services et une main d'œuvre précieuse dans le domaine de la propriété, ce qui est très appréciable en ces temps difficiles sur le plan économique.

Bien que l'apport respectif des hommes et des femmes rappelle certains stéréotypes, en réalité, chacun contribue à sa façon. Et s'il était aussi facile de tenir le compte des activités de participation sociale que c'est le cas avec les montres intelligentes qui mesurent les pas parcourus dans une journée et autres données physiologiques pertinentes, on pourrait évaluer la durée de telles activités, et par là, la chiffrer monétairement. Malheureusement, il est plus facile de se souvenir, à des fins d'enquête, par exemple, de la fréquence à laquelle on offre du soutien moral aux autres que la durée de telles interventions. Néanmoins, la semaine typique de la personne, selon notre esquisse, implique des comportements de participation sociale trois fois par jour, ce qui pourrait guider un raisonnement simple. (Bien que notre échantillon soit constitué de personnes profitant d'une vie relativement confortable, il est toutefois sans biais sur le plan du niveau de scolarité, ce qui pourrait permettre d'extrapoler à partir des données du présent échantillon.)

Pour concrétiser la chose, pensons à la valeur d'une transaction simple effectuée par un(e) commis d'épicerie. Cette transaction a certainement une valeur chiffrée pour les propriétaires de telles entreprises. En prenant des chiffres conservateurs, supposons que chaque transaction de cinq minutes soit évaluée à \$20 l'heure divisé par 12 transactions de cinq minutes par heure, soit environ \$1,50 par transaction. Si cette valeur était multipliée par 21 fois par semaine, puis par 52 semaines par année, le calcul pourrait donner l'équivalent de 1,638.00\$ par personne par année. Il resterait à multiplier ce montant par le nombre de citoyens Québécois retraités entre 65 et 75 ans pour avoir une idée de la valeur de la présence de nos aînés de moins de 76 ans du Québec. En 2017, selon Statistique Canada, près d'un million de personnes correspondaient à cette description. (CANADA, Statistique Canada, 2017, p.5) Donc, 1 471 987 062 \$ par année. La richesse de nos arbres ancestraux, ce sont toutes ces ressources en services et main d'œuvre variée, en soins de santé mentale, en instruction, en production de produits de consommation, etc.

En conclusion

S'il n'y a pas de consensus dans la recherche sur une définition de la participation sociale, c'est peut-être que cette participation à la vie de la société constitue bien plus qu'un ensemble d'activités de socialisation. En plus d'offrir une compagnie précieuse, nos aînés agissent, passent à l'action, pour le bien-être de leur entourage. C'est dire qu'ils constituent ensemble une force de travail généralement non reconnue simplement parce que non rémunérée. (Il y aurait pourtant des moyens de reconnaître cet apport des aînés, par exemple, en offrant des crédits d'impôt pour leur bénévolat auprès d'organisations.)

Bien entendu, avec les années, nos aînés vieillissent, comme nous tous, et leur contribution est éventuellement affectée, mais cela n'est qu'une partie de l'histoire car c'est là seulement l'aspect rationnel de l'équation. Il reste le côté irrationnel, dont Jean Déry (2020) a traité dans son livre « L'irrationnalité nécessaire ». C'est la composante qu'il serait scandaleux de chiffrer, celle qui n'a pas de prix, comme la présence de Marthe, mon enseignante du secondaire qui a maintenant 99 ans et à qui j'aime téléphoner pour évoquer de beaux souvenirs ensemble. Ce sont là des choses qui, en fin de compte, donnent tout son sens à la vie, ces choses qui font croire à l'A.Q.D.R. des Chenaux et à bien d'autres, que la personne retraitée (ou pas), celle qui a beaucoup vécu, ne saurait être dévalorisée par la société, sous peine d'une profonde érosion du tissu social. Cette richesse, nos dirigeants doivent en saisir toute l'importance afin de donner de l'espoir à notre monde.

Chantal Létourneau

Retraitée de la recherche et l'enseignement en psychologie

Le 30 novembre 2023

MÉDIAGRAPHIE

CANADA, Emploi et développement social Canada. (2023) *Guide de discussion sur l'âgisme*. Récupéré de :

<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/aines/forum/consultation-agisme/guide-discussion.html>

Canada, Conseil consultatif en matière de croissance économique (2017). *Exploiter le potentiel économique par un accroissement de la participation au marché du travail*. Récupéré le 15 mars 2022 de :

<https://www.budget.canada.ca/aceg-ccce/pdf/workforce-marche-travail-fra.pdf>

Gilmour (2012).

Hashidate, Shimada, Fujisawa & Yatsunami, 2021

Adler et Proctor II (2010) *Communication et interactions*. Montréal : Modulo.

CANADA, Statistique Canada. (2017) *Les aînés du Québec, quelques données récentes*. Deuxième édition. Récupéré le 28 novembre 2023 de :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/aine/aines-quebec-chiffres.pdf>

DÉSY, J. (2020). *L'irrationalité nécessaire*. Montréal : XYZ.