

Vie et vieillissement

Revue trimestrielle de l'Association québécoise de gérontologie



La seule revue multidisciplinaire et francophone en gérontologie qui s'adresse à la fois aux intervenants, aux professionnels, aux étudiants et à toutes les personnes intéressées aux enjeux du vieillissement individuel et collectif.

THÉMATIQUES

Vol. 12 N° 3

Réalités gérontologiques

Mars 2015

Date de tombée : 10 février 2015

Vol. 12 N° 4

La santé mentale des aînés

Juin 2015

Date de tombée : 1^{er} avril 2015

Vol. 13 N° 1

Spécial colloque

Septembre 2015

Vol. 13 N° 2

Les proches aidants

Novembre 2015

Date de tombée : 1^{er} septembre 2015

Avis aux lecteurs : veuillez prendre note que les thématiques et les dates sont sujettes à changement selon la disponibilité des auteurs et de nos membres des comités qui collaborent généralement d'une façon bénévole.

Votre collaboration nous est précieuse. N'hésitez pas à nous proposer des thématiques à couvrir, à nous envoyer vos articles ou à faire partie d'un comité!

La revue trimestrielle, **Vie et vieillissement**, est le média par excellence pour rejoindre les résidences de retraités, les centres de recherche, les universités, les collèges, les bibliothèques et les institutions du MSSS, les associations de personnes aînées, les rassemblements de professionnels et de techniciens, les entreprises de l'économie sociale et les organisations de bénévoles œuvrant dans le domaine de la gérontologie sociale.

Les articles publiés n'engagent que la responsabilité de leurs auteurs. L'AQG respecte le choix des auteurs quant à la féminisation et l'usage de la nouvelle orthographe. La reproduction des textes est autorisée à condition d'en mentionner la source.

RÉPERTORIÉ DANS

Bibliothèque nationale
du Canada

Bibliothèque nationale
du Québec

Index de la santé et
des services sociaux

Point de repère
ISSN 1707-0104
Enregistrement NO
40050080

- 2 | **ÉDITORIAL**, Robert Chagnon, M. Sc., MBA, expert-conseil en habitation
- 5 | **MOBILITÉ AU QUOTIDIEN LORSQU'ON VIT EN RÉSIDENCE POUR AÎNÉS À POINTE-AUX-TREMBLES ET À MONTRÉAL-NORD**, Paula Negron-Poblete, Ph. D., professeure adjointe, Institut d'urbanisme, Université de Montréal
- 13 | **LES PETITS ET GRANDS DÉFIS DES DÉPLACEMENTS EN VILLE DURANT LA VIEILLESSE : L'EXPÉRIENCE DE PERSONNES AYANT RECOURS À DES AIDES À LA MOBILITÉ**, Tania Gonzalez, maîtrise en urbanisme, baccalauréat en anthropologie, Université de Montréal et Sébastien Lord, Ph. D., professeur adjoint, Institut d'urbanisme, Université de Montréal
- 23 | **VIEILLIR CHEZ SOI : AVANTAGES, INCONVÉNIENTS ET PISTES DE SOLUTIONS**, Ernesto Morales, Ph. D., département de réadaptation, faculté de médecine, Université Laval et Véronique Gauthier, professionnelle de recherche, Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale
- 30 | **TROIS MODÈLES NOVATEURS D'HABITATION ET DE SERVICES DE SOUTIEN DESTINÉS AUX AÎNÉS : PORTRAIT ET IMPLICATION POUR LE VIEILLIR CHEZ SOI**, Catherine Bigonnesse, M.S.S., T.S., étudiante au doctorat en gérontologie, Université Simon Fraser
- 37 | **PROCESSUS D'ADAPTATION DES AÎNÉS À LEUR NOUVELLE RÉSIDENCE : PORTRAIT D'UNE RÉUSSITE**, Amy Duchesneau-Bergeron, M.T.S., Université du Québec à Chicoutimi et Danielle Maltais, professeure, département des sciences humaines, Université du Québec à Chicoutimi
- 43 | **BIEN VIEILLIR EN VILLE : AMÉLIORER L'ACCESSIBILITÉ AU CENTRE COMMERCIAL POUR UNE MEILLEURE PARTICIPATION SOCIALE**, Tiiu Poldma, Ph. D., professeure titulaire, Faculté de l'aménagement, Université de Montréal et Delphine Labbé, candidate au doctorat en psychologie, Université du Québec à Montréal
- 51 | **LA CERTIFICATION DES RÉSIDENCES PRIVÉES POUR AÎNÉS ET LA RÉPONSE AUX BESOINS DES RETRAITÉS**, Louis Demers, Ph. D., professeur, École nationale d'administration publique, Gina Bravo, Ph. D., Marie-France Dubois, Ph. D., Nicole Dubuc, Ph. D., professeures, Faculté de médecine et des sciences de la santé, Université de Sherbrooke, chercheuses, Centre de recherche sur le vieillissement CSSS-Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke et Cinthia Corbin, M. Sc., coordonnatrice de projets, CSSS-Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke
- 59 | **L'HABITATION DANS UN CONTEXTE DE VIEILLISSEMENT : UNE PROBLÉMATIQUE DANS UNE PROBLÉMATIQUE**, Kevin Hughes, M.A. sciences économiques, économiste principal (province de Québec), Société canadienne d'hypothèques et de logement
- 65 | **J'AI LU / J'AI CLIQUÉ**



Association
québécoise de
gérontologie

L'AQG SALUE L'UNIVERSITÉ LAVAL POUR LA CRÉATION DE LA CHAIRE DE RECHERCHE ANTOINE-TURMEL SUR LA PROTECTION JURIDIQUE DES AÎNÉS

Toutes nos félicitations à sa titulaire Christine Morin. « Les travaux de la Chaire viseront à la fois la protection des droits des aînés qui sont vulnérables, soit sur le plan physique, psychologique, social ou économique, ainsi que le respect de l'autonomie des personnes âgées qui ne le sont pas, puisque l'objectif d'assurer la protection juridique des aînés tout en évitant l'âgisme », a-t-elle expliqué. Cette chaire a constitué une composante stratégique de la Faculté de droit depuis sa création, le 19 novembre 2014.

<http://www.relationsmedias.ulaval.ca/comm/2014/novembre/une-nouvelle-chaire-recherche-universite-laval-3429.html>

LES HABITATS DE DEMAIN POUR LES ÂÎNÉS

Vol. 12 N° 2 2015

PRODUCTION DU NUMÉRO

Danielle Massé
Rédactrice en chef

COMITÉ DE RÉDACTION

Lise Dallaire
Catherine Geoffroy
Anne Échasseriau
Normand Filteau
Ghislain Hallé
Nelson Saint-Gelais

COMITÉ D'EXPERTS

Robert Chagnon
Expert-conseil en habitation
Coordonnateur du numéro

Raymond Chouinard
Bâtimo

Paula Negron-Poblete
Université de Montréal

François Renaud
Retraité de la Société
d'habitation du Québec

Anne-Marie Séguin
Institut national de la
recherche scientifique

COLLABORATION SPÉCIALE

Daniel Gill
Université de Montréal

Denise Piché
Université Laval

René Babin
Société canadienne
d'hypothèques et de logement

Mylène Salles
Institut universitaire de
gériatrie de Sherbrooke

CONCEPTION, RÉALISATION GRAPHIQUE ET INFOGRAPHIE

Pascale Aubin, Mariane Cogez
www.spinprod.com

IMPRIMERIE : Repro-UQAM

www.repro.UQAM.ca

RESPONSABLE DE LA PUBLICITÉ ET DES ABONNEMENTS

Ginette Allaire



« Déménager ou rester là » comme le chantait déjà Pauline Julien dans la chanson de Réjean Ducharme et de Robert Charlebois. C'est la question que se posent les gens quand leurs conditions personnelles et leur environnement commencent à changer. C'est aussi la question sur laquelle doivent se pencher leur famille, les intervenants qui travaillent auprès de personnes âgées et tous ceux qui se préoccupent de l'environnement qu'est l'habitat, le quartier ou la ville.

Inutile de rappeler que c'est le Québec qui, avec le Japon, connaîtra le vieillissement le plus rapide de sa population dans le monde. Le choc démographique était prévisible et maintenant, nous y sommes. La question de l'habitat revêt donc une importance primordiale.

Il y a plusieurs dimensions à cette réalité et *Vie et vieillissement* a choisi de traiter l'angle de l'environnement et de l'habitation. Le discours a changé au cours des années. Il n'y a pas si longtemps, « maintien à domicile » signifiait vivre dans la même maison, le même logement, alors que maintenant « maintien à domicile » signifie davantage « support à l'autonomie de la personne » dans sa communauté, dans un lieu, préférablement de son choix, pourvu qu'il y en ait. L'important est donc la gamme de possibilités offertes en termes de domicile et la capacité d'évoluer dans un environnement favorable.

Paula Negron-Poblete se demande justement dans quelle mesure le territoire offre la possibilité de vieillir sur place. Les personnes âgées à qui elle donne la parole racontent les obstacles à leurs déplacements quotidiens et à leur autonomie : difficultés d'accès aux immeubles, transports publics déficients, services trop éloignés de la résidence... Pour sa part, Tania Gonzalez s'est intéressée aux déplacements des personnes qui utilisent des aides à la mobilité : leurs parcours quotidiens prennent souvent l'allure d'une course à obstacles.

Ernest Morales du Centre de recherche interdisciplinaire en réadaptation et en intégration sociale (CIRRIS) se penche sur l'environnement tant

intérieur qu'extérieur pour explorer les avantages et les inconvénients de demeurer chez soi jusqu'à un âge avancé.

Une conclusion s'impose : qu'on reste chez soi ou pas, il y a des contraintes qui perdurent comme les déplacements sur les trottoirs enneigés et les lacunes assez répandues en matière d'accessibilité et d'adaptation domiciliaire. Heureusement, le CIRRIS poursuit ses recherches sur ces thèmes. Quand il est question pour une personne âgée de s'installer dans un lieu plus conforme à ses besoins et à ses capacités, on peut constater que le choix est encore assez limité au Québec. Catherine Bigonnesse présente trois modèles d'habitation conçus pour les personnes âgées et qui favorisent leur participation sociale et l'autonomie. En dépit de leur attrait indéniable, ces formules ne conviennent pas à tout le monde.

Au Québec, les résidences gérées par les entreprises privées ou les organismes à but non lucratif sont une des options offertes à la personne qui n'a plus les capacités de rester chez elle. Dans ces habitations, elle aura à s'adapter à un nouveau style de vie. Déménager peu importe l'âge n'est pas toujours chose facile à faire et encore moins facile quand cette transition est imposée par sa condition physique. À titre d'exemple, La Maison du Nouvel Élan déploie beaucoup d'efforts pour faciliter cette adaptation. Des liens se tissent rapidement entre les locataires qui sont aussi invités à prendre part à la gestion de la vie collective.

Il y a généralement dans un quartier certains lieux propices à la rencontre et aux échanges entre personnes âgées et le centre commercial est l'un d'eux. Au cours d'une recherche assez innovatrice, Tiiu Poldma du Laboratoire vivant de réadaptation au centre commercial du Centre de recherches interdisciplinaires en réadaptation du Montréal métropolitain a observé et rencontré la clientèle âgée de l'un de ces centres pour mieux comprendre les difficultés qu'elle rencontrait en circulant dans cette enceinte. Les rénovations qui ont eu lieu par la suite ont tenu compte de ces constats à la grande satisfaction de cette clientèle qui est maintenant plus nombreuse à fréquenter les lieux. La recherche se poursuit.

Les deux derniers articles nous proposent une perspective différente du contexte résidentiel des aînés. Louis Demers retrace l'historique des dispositions législatives touchant les résidences pour personnes âgées au Québec tout en indiquant leurs effets sur l'offre. Au fil des différentes mesures de certification, la qualité des soins et des services offerts par les résidences pour personnes âgées s'est beaucoup améliorée. Par contre, cette qualité s'est répercutée sur les loyers qui ne sont plus à la portée des moins bien nantis. De même, on a assisté à l'accroissement des résidences comportant 100 unités et plus tandis que le nombre de résidences de proportions plus modestes, de type familial, a diminué. Pour sa part, Kevin Hughes fait un survol des enjeux dont

il faut tenir compte lorsqu'on aborde cette « problématique dans la problématique ».

Ce numéro s'est grandement inspiré du colloque Milieux de vie et vieillissement de la population : convergences des savoirs et innovations en aménagement qui a eu lieu dans le cadre de l'ACFAS en 2104, organisé par Denise Piché de l'Université Laval et Sébastien Lord de l'Université de Montréal. Nous les remercions sincèrement.

Il reste à souhaiter que, par leurs recherches, les professionnels de diverses disciplines pourront, avec les aînés, ceux d'aujourd'hui et de demain, concevoir des choix variés et accessibles d'habitation dans des environnements de qualité.

SEREZ-VOUS LA PROCHAINE MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS ?

mfa.gouv.qc.ca

Québec 



TROIS MODÈLES NOVATEURS D'HABITATION ET DE SERVICES DE SOUTIEN DESTINÉS AUX AÎNÉS: PORTRAIT ET IMPLICATIONS POUR LE VIEILLIR CHEZ SOI

Résumé : Cet article décrit trois modèles novateurs d'habitation et de services de soutien destinés aux aînés et peu connus du grand public : les communautés de *cohousing*, le village Beacon Hill et les NORC-SSP. À la suite d'une brève présentation de ces trois modèles, une discussion sur ce qui favorise le vieillir chez soi est proposée à la lumière de quatre dimensions significatives reliées au chez-soi : les liens sociaux, l'autonomie, la mobilité et les caractéristiques individuelles ainsi que l'importance du sentiment de familiarité. Pour terminer, nous suggérons quelques pistes de réflexion sur le potentiel d'implantation de ces trois modèles au Québec et au Canada.



CATHERINE BIGONNESSE, M.S.S., T. S.
ÉTUDIANTE AU DOCTORAT
EN GÉRONTOLOGIE
UNIVERSITÉ SIMON FRASER
(VANCOUVER)

INTRODUCTION

Dans un contexte où la population du Québec vieillit, où les aînés expriment massivement leur désir de vieillir dans les communautés auxquelles ils sont attachés et où les options actuelles d'habitation et de services ne répondent que partiellement aux besoins de cette population, la recherche de modèles alternatifs s'impose. Cet article propose une brève présentation de trois modèles novateurs d'habitation et de services de soutien destinés aux aînés, mais qui sont peu connus du grand public. Elle sera suivie d'une discussion explorant leur potentiel afin de favoriser le vieillir chez soi.

1. COHOUSING

Ce modèle d'habitation apparaît dès le début des années 60 dans les pays nordiques de l'Europe afin de venir en aide à des populations marginalisées ou défavorisées (Choi, 2004; Meltzer, 2005; Rodabough, 1994; Williams, 2005). Bien que les communautés de *cohousing* pour aînés soient répandues en Europe, ce n'est que depuis une dizaine d'années qu'on les retrouve en Amérique du Nord (Durrett, 2009; Glass, 2009). Au Canada, seulement deux communautés de *cohousing* pour aînés ont été répertoriées (Wolf Willow Cohousing, Saskatoon; Harbourside Cohousing, Sooke).

Le modèle du *cohousing* (cohabitat en français) peut se définir comme « un secteur développé de façon autonome et répondant à des principes de conception précis. Ce secteur comporte des espaces de vie attentivement et délibérément

élaborés afin d'encourager de meilleures relations avec les voisins par l'entremise d'un processus participatif, une gouvernance non hiérarchique et une combinaison d'habitations privées et d'installations communautaires. » (Traduction libre, Sargisson, 2012)

Ce modèle d'habitation présente certaines particularités qui renforcent les interactions sociales et l'interdépendance des membres de la communauté : 1) une salle communautaire avec cuisine, une salle à manger et une salle de lavage, 2) des cours extérieures privées avec espaces communs prédominants, et 3) un design favorisant les piétons où les voitures sont restreintes au pourtour du site (Bamford, 2005; Durrett, 2009; Williams, 2005).

Les communautés de *cohousing* pour aînés présentent généralement les mêmes caractéristiques que les communautés de *cohousing* intergénérationnelles. Cependant, elles incluent des éléments spécifiques aux besoins des aînés tels que l'accessibilité universelle des unités d'habitation et des aires communes, des unités d'habitation plus petites et une suite pouvant accueillir les invités, les membres de la famille en visite ou un proche-aidant (Bamford, 2005; Wardrip, 2010). Les communautés de *cohousing* favorisent chez les aînés un sentiment de sécurité. De plus, elles contribuent à économiser sur les coûts d'énergie, de repas, de services, dont ceux de soutien à domicile. Elles permettent aussi de vivre de façon indépendante, et de retarder l'institutionnalisation (Wardrip, 2010).

BIEN VIEILLIR EN VILLE :

AMÉLIORER L'ACCESSIBILITÉ AU CENTRE COMMERCIAL POUR UNE MEILLEURE PARTICIPATION SOCIALE

Bien vieillir en ville suppose que les personnes âgées puissent participer à la vie de leur communauté et qu'elles aient accès aux endroits qu'elles apprécient. Peu importe leur âge, les gens aiment pouvoir se rendre dans les musées, les restaurants et les centres commerciaux avec leurs amis et leur famille. Pour les personnes âgées, les espaces à caractère public comme les centres commerciaux sont des environnements importants d'un point de vue social et communautaire : ce sont des aires de loisirs, de repos et d'échanges largement fréquentées par les aînés (Hedrick-Wong, 2007).

Le Laboratoire vivant de réadaptation au centre commercial du Centre de recherches interdisciplinaires en réadaptation du Montréal métropolitain (CRIR) a examiné sous différents angles, les obstacles à l'inclusion et à la participation sociale dans l'espace « public » et urbain d'un centre commercial. Il a mené deux études exploratoires pour mieux comprendre la façon dont les personnes fonctionnent à l'intérieur de ces lieux, et ce, dans la perspective de rendre le centre commercial plus accueillant envers la population vieillissante. Il s'agissait en l'occurrence d'un complexe commercial devant être rénové.

ÉTAT DE LA SITUATION : UNE POPULATION VIEILLISSANTE EN CROISSANCE

Au Canada, la population âgée de 65 ans et plus représente 14,9 % de la population (Statistiques Canada, 2012). D'ici 2031, c'est plus de 25 % de la population qui aura plus de 65 ans. (Burleigh, Farber et Gilard, 1998). Au Québec, la population est légèrement plus âgée que celle du reste du pays. En 2012, 16,2 % de la population de cette province était âgée de 65 ans et plus, les statistiques les plus élevées à l'ouest des provinces de l'Atlantique (Institut de la statistique du Québec, 2013).

CONSÉQUENCES PHYSIQUES DE LA VIEILLESSE

Le vieillissement peut entraîner certains problèmes physiologiques et psychologiques comme des problèmes de vision, de mobilité et d'isolement social.

Sur le plan physiologique, le vieillissement peut entraîner une détérioration importante de la vision ayant un effet direct sur les comportements. La vision se dégrade avec l'âge et ce déclin s'accélère lorsque les personnes atteignent la soixantaine et de nouveau vers 80 ans (Kellogg Smith et Bertolone, 1986; Winchip, 2008). Il y aurait, par exemple, huit différentes façons de « voir » liées au vieillissement, incluant le glaucome, la dégénérescence maculaire, des capacités de visions périphériques réduites et la cécité. (Brawley, 1997; Poldma et Wilkinson, 2008). Chaque problématique influence la façon dont les personnes perçoivent et traitent l'information dans l'environnement physique visuel, et donc la capacité des personnes à « bien lire » l'environnement intérieur.

Un autre problème résulte du fait que le corps change en vieillissant et, plus la personne avance en âge, plus son corps devient fragile et sa posture se modifie. De tels changements modifient la façon d'appréhender le monde et la relation du corps avec l'environnement physique. En vieillissant, certaines personnes rapetissent, ce qui réduit leur champ de vision. Ces personnes auront tendance à voir ce qui se trouve surtout dans le bas de leur champ de vision : elles verront d'abord le plancher et les murs avant de voir l'espace en entier (Kellogg, Smith et Bertolone, 1986). De plus, des études de cas menées en design montrent que les déplacements deviennent plus difficiles, voire impossibles, sous des conditions qui ne sont pas optimales, par exemple en l'absence de contrastes ou de zones d'ombre créées par certains matériaux ou par l'éclairage (Poldma, 2006; Poldma et Wesolkowska, 2004).



TIIU POLDMA, Ph. D.
PROFESSEURE TITULAIRE
FACULTÉ DE L'AMÉNAGEMENT
UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL



DELPHINE LABBÉ
CANDIDATE AU DOCTORAT
EN PSYCHOLOGIE
UQAM

La façon dont l'environnement intérieur est aménagé a donc une influence importante sur la capacité de différentes personnes à « lire » l'environnement de manière à ressentir plus de stabilité et d'équilibre de même qu'un sentiment de sécurité et de confort. En outre, des éléments de l'environnement qui sont tenus pour acquis dans la jeunesse peuvent devenir des obstacles en vieillissant. Comme le souligne Kellogg Smith et Bertolone (1986) : « [...] quand la vision se détériore et que des effets de filtre changent la vision antérieure, cela affecte la capacité à voir et à faire la mise au point sur les marches, les seuils de porte, rendant ainsi la circulation dangereuse. » Ainsi, des espaces avec des contrastes et des éléments de design adéquats sont essentiels pour aider à décoder le champ visuel et pour améliorer la capacité d'une personne âgée à « lire l'environnement » de telle sorte qu'elle se sente en confiance pour circuler dans cet espace (Kellogg Smith et Bertolone, 1986; Poldma et coll., 2007; Poldma et Wilkinson, 2008; Young, 2000).

DES CHANGEMENTS D'ATTITUDES PAR RAPPORT AU VIEILLISSEMENT

Le sentiment de bien-être psychologique et les facteurs qui participent à la qualité de vie se transforment et évoluent aussi avec l'âge. Les gens subissent toujours des changements liés à l'âge, mais la façon dont ils conçoivent le vieillissement et leur propre vieillesse s'est modifiée au cours des dernières années. En effet, plusieurs recherches indiquent un manque de correspondance entre l'âge physique de la personne vieillissante et la perception qu'elle en a (Jones, 2006; Rosario et Derienzi, 2009; Uotonien, Suutama et Ruoppila, 2006). L'expérience contemporaine du vieillissement se produit davantage dans le contexte d'un mode de vie actif; les attentes de la personne et ses activités sont donc fort différentes de ce qu'elles étaient autrefois (Institut de la statistique du Québec, 2001). Les relations familiales se modifient, car des activités nouvelles représentent autant d'occasions de développer de nouveaux liens sociaux (Lasalle et Poldma, 2012, p. 196).



1 800 544-9058 | www.logi-etre.com



Garant de
votre qualité
de vie en
résidences
privées !

Depuis près de 45 ans, le Réseau FADOQ défend les intérêts des aînés au Québec et, depuis deux ans, il s'est doté de nouveaux moyens pour défendre les droits des aînés en résidences privées.

Le Programme Qualité Logi-être est l'outil du Réseau FADOQ pour protéger le droit fondamental des aînés à une qualité de vie adéquate, responsable et respectable.

Par conséquent, pour bien vieillir dans la communauté, les personnes ont besoin, entre autres, de lieux où elles peuvent se rendre et se rassembler afin de demeurer actives socialement, d'éviter l'isolement et de continuer à participer à la vie urbaine (Emler et Moeceri, 2012). En ce sens, le centre commercial est un endroit important où les gens peuvent avoir un sentiment d'appartenance à leur communauté, leur permettant ainsi de briser leur isolement (Block, Ridgeway et Nelson, 1991; Lewis, 1990) et de se divertir (Swaine et coll., 2014). Il devient donc essentiel de comprendre les relations personne-environnement dans ces espaces « publics ».

AMÉNAGER LES LIEUX PUBLICS EN FONCTION DE CES CHANGEMENTS

Actuellement, les centres commerciaux ne sont pas tous aménagés adéquatement pour répondre aux besoins de la population vieillissante et à leurs capacités changeantes à circuler et à s'orienter dans l'environnement. Il importe donc de définir clairement les éléments de conception de l'espace devant permettre aux personnes avec des limitations visuelles de stabiliser leurs perceptions et de bien organiser les informations afin de « lire » adéquatement l'environnement (Poldma, 2004). Par exemple, pour faciliter une lecture juste de l'espace intérieur, il importe de créer un effet de stabilité spatiale notamment par l'utilisation de matériaux et de couleurs qui produisent de puissants contrastes et par un éclairage sans ombre (Lasalle et Poldma, 2012; Passini et Proulx, 1988). Il est parfaitement possible de créer des environnements intérieurs qui tiennent compte des besoins de stabilisation des gens qui ont des limites fonctionnelles et qui leur permettent de se sentir à l'aise et de circuler facilement dans ces espaces. Dans un aménagement adéquat, les personnes sont en mesure d'interpréter l'environnement comme un lieu accueillant, et ce, même de façon inconsciente.

Une des thématiques étudiées par les chercheurs du Laboratoire vivant de réadaptation au centre commercial est l'effet de l'environnement physique sur la circulation des personnes et, plus particulièrement, la façon dont les indicateurs visuels influencent la capacité de circulation et d'orientation.

LE LABORATOIRE VIVANT DE RÉADAPTATION AU CENTRE COMMERCIAL

Un laboratoire vivant applique « [...] une méthode de recherche en innovation ouverte qui vise le développement de nouveaux produits et services. L'approche promeut un processus de co-création avec les usagers dans des conditions réelles et s'appuie sur un écosystème de partenariats public-privé-citoyen. » (Livre blanc des living labs, 2014) Bien qu'il y ait de nombreux laboratoires vivants dans le monde (près de 340 laboratoires vivants recensés à ce jour), la formule est moins connue en Amérique du Nord. Il y a actuellement cinq laboratoires vivants au Canada (<http://www.openlivinglabs.eu>).

Situé à Montréal, le Laboratoire vivant de réadaptation au centre commercial, le premier de ce genre au Canada, a mené une soixantaine de projets de recherche depuis sa création en 2011. Le Laboratoire regroupe une équipe multidisciplinaire et multisectorielle constituée d'une quarantaine de chercheurs et de différents acteurs-clés dont les commerçants du complexe Alexis Nihon, propriété de Cominar qui est aussi le principal partenaire du Laboratoire vivant, la clientèle du centre commercial ayant ou non des incapacités et des cliniciens en réadaptation travaillant à améliorer la qualité de vie aux plans physique, matériel et social de leurs clients.

Le but du Laboratoire vivant de réadaptation est de créer dans un centre commercial urbain un environnement susceptible d'optimiser la participation sociale et l'inclusion des personnes de tous les âges. Afin de réaliser sa mission, le Laboratoire poursuit trois objectifs :

- 1) Identifier les obstacles environnementaux, physiques et sociaux ainsi que les facilitateurs de la participation (magasiner, rencontrer des amis, etc.).
- 2) Implanter des technologies et réaliser des interventions pour optimiser le fonctionnement cognitif et social, la participation et l'inclusion des personnes vivant avec un handicap.
- 3) Implanter des technologies effectuer des interventions in vivo (c.-à-d. dans le laboratoire vivant) et évaluer leur effet sur le fonctionnement physique et cognitif, la participation et l'inclusion des personnes ayant un handicap.

LE COMPLEXE ALEXIS NIHON

Ce complexe du centre-ville de Montréal construit en 1967 comprend, en plus d'un centre commercial de plus de 100 magasins et restaurants répartis sur trois étages, deux tours de bureaux et des tours d'habitation de 426 logements. Le centre dessert une zone peuplée d'environ 215 400 résidents, mais rejoint aussi une clientèle importante d'étudiants (provenant du collège situé juste en face) et d'employés des tours de bureaux. Selon un rapport de 2010, plus de la moitié des clients demeuraient dans le quartier autour du centre commercial et on leur attribuait 61 % des achats (www.crir-livinglabvivant.com).

Le complexe Alexis Nihon devant être rénové, le propriétaire a décidé d'en ouvrir les portes aux chercheurs dans le but de réaliser des travaux qui répondraient davantage aux besoins de leur clientèle. Un autre objectif était de rendre le centre commercial plus accessible aux personnes vivant avec des incapacités. Comme le CRIR est un centre de recherche en réadaptation, les chercheurs ont aussi demandé à réaliser des études pour améliorer les pratiques de réadaptation et, par le fait même, favoriser la participation sociale. Avant les rénovations, le plus grand pourcentage de la clientèle était composé de personnes de 25 à 44 ans (33 %), suivies par les personnes de 15 à 24 ans (27 %) et les personnes de 45 à 64 ans (27 %). Les personnes de 65 ans et plus représentaient uniquement 15 % de la clientèle. Ce sont elles pourtant qui habitent majoritairement les tours d'habitation. Plus du trois quarts des visiteurs utilisaient les transports publics pour se rendre au centre commercial : 69 % utilisaient le métro et 19 %, l'autobus. Dans le rapport de 2010, la difficulté à circuler dans le centre commercial, particulièrement au niveau du métro, a été mentionnée par 11 % des répondants et 3 % rapportaient des problèmes d'accessibilité.

Parmi les recherches réalisées avant les travaux de rénovation, une étude a tout d'abord porté sur les caractéristiques de la clientèle avec des besoins spéciaux et sur les difficultés rencontrées par cette clientèle lors des déplacements. Cette étude a aussi répertorié les principales contraintes environnementales présentes dans l'environnement. Notons que la chercheuse principale de cette étude a été partie prenante des rencontres

hebdomadaires de l'équipe d'architectes durant le processus de rénovation. Après les rénovations, la même équipe de recherche a entrepris de déterminer si le profil de la clientèle avait changé et si les changements apportés à l'environnement semblaient avoir facilité la mobilité. L'étude, toujours en cours, cherche aussi à valider l'ampleur et l'impact des rénovations effectuées.

PREMIER VOLET, AVANT LES RÉNOVATIONS : ÉVALUER L'ACCESSIBILITÉ ET LES CARACTÉRISTIQUES DES VISITEURS AYANT DES BESOINS SPÉCIAUX

La recherche a tout d'abord permis de comprendre la nature complexe de l'accès au centre commercial selon la perspective des usagers et d'examiner les aspects de l'environnement physique favorables ou défavorables à cet égard. Un intérêt particulier a été porté aux contraintes de l'environnement par rapport à certains groupes comme les enfants, les personnes âgées et les personnes vivant avec des incapacités et qui ont des besoins différents de ceux du « client moyen » soit la femme ou l'homme de moins de 30 ans et en forme. La recherche à cette étape a aussi permis de connaître les caractéristiques des personnes qui se rendaient au centre commercial et circulaient dans les différents espaces. L'objectif était de recueillir des données de base.

La recherche sur l'accessibilité des espaces publics du complexe Alexis Nihon a permis d'évaluer les contraintes environnementales existantes et de mesurer la capacité des personnes ayant besoin d'assistance (aides techniques ou autre) à y entrer et circuler de façon sécuritaire. L'équipe a plus précisément répertorié les caractéristiques physiques de l'espace, incluant les dimensions des commerces, la circulation, l'éclairage, les matériaux, les détails des vitrines, et l'organisation spatiale des espaces publics. Elle a, par exemple, effectué des mesures de l'intensité lumineuse et de la température des couleurs, ainsi que l'effet des espaces/ambiances sur les cinq sens.

Dans une perspective de recherche participative, une série de parcours commentés ont été effectués avec des personnes de tous les âges ayant des problèmes de vision ou de mobilité. Un des faits saillants révélés par le parcours commenté a

été le temps nécessaire pour accéder au centre commercial pour les personnes se déplaçant en fauteuil roulant : il fallait 45 minutes à l'une d'entre elles pour entrer au centre commercial tandis que, pour une autre sans problème de mobilité, c'était cinq minutes : presque dix fois plus de temps ! Pour quelle raison ? Le centre commercial ne possédait qu'une seule entrée adaptée, située à l'autre extrémité des entrées principales. Cet obstacle limitait grandement l'accès de la plupart des personnes à mobilité réduite et diminuait même le désir de s'y rendre.

D'autres problèmes soulignés lors des parcours commentés incluaient des difficultés de circulation ou de localisation de l'ascenseur dès l'arrivée au centre. Les personnes ont avoué choisir les magasins qu'elles allaient fréquenter en fonction de la complexité du parcours requis pour s'y rendre. La distance entre l'ascenseur et le magasin ciblé était donc un critère déterminant. De nombreux commentaires ont porté sur l'inadaptation des toilettes. Les parcours commentés ont cependant révélé que, même si l'environnement du centre commercial n'était pas optimal, les personnes parvenaient à s'adapter et appréciaient cette destination.



Avant les rénovations : des zones d'ombres et de contrastes rendent la lecture des lieux difficiles pour les personnes ayant des limitations visuelles.

Un volet de la recherche était de dénombrer et de caractériser les usagers circulant dans le centre commercial. Le nombre de personnes à mobilité réduite, incluant les personnes âgées ainsi que les personnes ayant besoin d'une aide à la mobilité, a été calculé aux huit entrées du centre commer-

cial. Les caractéristiques des personnes avec et sans aide à la mobilité (comme une canne, un déambulateur ou un fauteuil roulant) ont aussi été consignées (Poldma et Bertin, 2012).

Les résultats montrent qu'avant les rénovations seulement 6 % de toutes les personnes visitant le centre commercial avaient des incapacités, incluant les personnes âgées. De plus, plusieurs des personnes qui le fréquentaient avaient besoin d'aide pour bien circuler dans cet espace et se repérer adéquatement.

DEUXIÈME VOLET, APRÈS LES RÉNOVATIONS : ÉVALUER LES CHANGEMENTS ET LEUR IMPACT SUR LA CLIENTÈLE

Les rénovations réalisées ciblaient des contraintes environnementales comme l'absence de rampes d'accès ou certaines composantes importantes comme la signalisation ou encore le remplacement de matériaux inadéquats compte tenu de la capacité des personnes vieillissantes à voir et à se déplacer.

À la suite des rénovations, une évaluation des conditions d'accès préalablement observées a été effectuée en deux phases. L'objectif de l'équipe de recherche¹ était alors de vérifier si les changements avaient eu une incidence sur les caractéristiques des personnes fréquentant le centre commercial, ainsi que sur leurs déplacements. À la suite des changements apportés à l'intérieur, une évaluation a débuté pour examiner la manière dont les rénovations avaient répondu aux besoins et aux problèmes exprimés par les répondants lors de l'étude avant les rénovations. Il est déjà possible d'affirmer que l'ajout de deux rampes d'accès à l'entrée du métro Atwater et de la rue Sainte-Catherine a été important pour la clientèle. Les résultats du dénombrement montrent que davantage de personnes avec diverses capacités utilisent ces nouvelles entrées. De plus, il semble y avoir une augmentation du nombre de personnes âgées qui viennent au centre commercial. Un ascenseur a aussi été ajouté au milieu du centre commercial. Le kiosque d'information a été installé en face du nouvel ascenseur. Cette centralisation des services simplifie grandement l'orientation.

¹ Les études après les rénovations ont été effectuées par Tiiu Poldma avec Hakim Herbane, M. Sc. Aménagement, Université de Montréal et sont actuellement en cours.

L'utilisation pour les revêtements de plancher de matériaux qui réduisent l'éblouissement ainsi que l'installation de nouveaux éclairages rendent l'espace plus facile à interpréter visuellement. La signalisation a aussi été simplifiée, particulièrement les pictogrammes indiquant les toilettes; ils sont plus faciles à comprendre et facilitent l'accès à ces commodités.



Après les rénovations : le nouvel éclairage et le revêtement de plancher plus clairs. Ces changements apportent plus de contraste avec les autres éléments architecturaux du centre commercial.

Les chercheurs ont aussi effectué un deuxième dénombrement des personnes arrivant au centre commercial ou le quittant. Il s'agissait de calculer le nombre de passants et d'observer la manière dont ils utilisaient les nouveaux aménagements et les nouvelles facilités d'accès. L'objectif était aussi de comparer les déplacements des personnes âgées et de repérer les divers types d'aides à la mobilité utilisés. Les résultats montrent que les rénovations incluant la signalisation semblent avoir eu un effet sur la circulation. Les deux nouvelles entrées accessibles ont modifié le

nombre et les caractéristiques des personnes arrivant au centre commercial. En effet, il y a une hausse importante de fréquentation des personnes en fauteuil roulant et de personnes âgées. Bien que la collecte de données soit toujours en cours, les données préliminaires montrent que le nombre de personnes utilisant divers types d'aides à la mobilité a augmenté de 50 %.

Une prochaine étape est actuellement en préparation : un parcours commenté est planifié avec d'autres usagers au cours des prochains mois qui inclura, comme avant les rénovations, des participants avec des besoins spéciaux.

CONCLUSION

Les résultats de cette recherche suggèrent que l'adaptation des espaces à caractère public en fonction des besoins des personnes ayant des limitations fonctionnelles a une influence sur leur fréquentation des lieux. Avec les changements physiques et psychologiques que vivent les personnes vieillissantes, il devient important de comprendre l'organisation spatiale des lieux publics pour être en mesure de la modifier et de favoriser ainsi la participation sociale de l'ensemble des citoyens et des citoyennes, et ce, peu importe leurs limitations fonctionnelles. On peut facilement faire l'hypothèse que plus le nombre de personnes se rendant au centre commercial est élevé, plus le nombre de personnes qui auront la chance de participer à la vie sociale et économique de la communauté augmentera. Des aménagements adaptés et faciles à interpréter aident les personnes âgées à demeurer actives tout en offrant un espace « public » plus accueillant et à la portée de tous.

RÉFÉRENCES

- Bertin, S. Poldma, T. (2012). People Count: People's Movements in the Mall, Place Alexis Nihon, Projet PSI – Laboratoire vivant en réadaptation. Montréal : Université de Montréal et CRIR, 22 pages.
- Block, P. H., Ridgeway, N. M. et Nelson, J. E. (1991). Leisure and the Shopping Mall, *Advances in Consumer Research*, 18 (1), 445-452.
- Brawley, E. (1997). *Designing for Alzheimer's Disease*. New York: John Wiley & Sons
- Burleigh, S., Farber, R. et M. Gillard. (1998). Community integration and life satisfaction after traumatic brain injury: Long-term findings. *American Journal of Occupational Therapy*, 52(1), 45-52.
- Emler, C.A. et Mocer, J.T. (2012). The Importance of Social Connectedness in Building Age-Friendly Communities. *Journal of Aging Research*, Article ID 173247, 9 pages, 2012. doi:10.1155/2012/173247.
- Hedrick-Wong, Y. (2007). *The Glittering Silver Market: The Rise of*

the Elderly Consumers in Asia. Singapore : John Wiley & Sons, Inc.

Institut de la statistique du Québec (2011). Récupéré de <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/conditions-vie-societe/bulletins/sociodemo-voll7-no3.pdf>

Jones, R. L. (2006). 'Older people' talking as if they are not older people: Positioning theory as an explanation, *Journal of Aging Studies*, 20, p. 79-91.

Kellogg Smith, F et Bertolone, F (1986). *Bringing Interiors to Light*. New York : Whitney Library of Design.

Lasalle, V. et Poldma, T. (2012). Chapitre 8 : La personne vieillissante et son expérience de l'espace intérieur. Dans Negron-Poblete, P et Séguin, A. (édit.) *Vieillessement et enjeux d'aménagement: Regards à différentes échelles*. Les Presses de l'Université de Québec, Québec, p. 193-211.

Leminen, S., Westerlund, M. et Nyström, A-G. (2012). «Living Labs as Open-Innovation Networks», *Technology Innovation Management Review*, september, 6-11.

Lewis, G.H (1990). Community Through Exclusion and Illusion: The Creation of Social Worlds in an American Shopping Mall. *The Journal of Popular Culture*, January, p 121-136. doi: 10.1111/j.0022-3840.1990.2402_121.x

Qu'est-ce qu'un living lab, Livre blanc des living labs, 2014. Montréal: SAT et Umwelt. Récupéré de: https://livre_blanc_EnoLL_Umwelt_Final.pdf

Passini, R. et Proulx, G., (1988). Wayfinding without vision: an experiment with congenitally totally blind people. *Environment and Behavior*, 20(2), 227 – 252.

Poldma T, Labbé D., Bertin, S., De Grosbois, E., Barile, M., Mazurik, K., Desjardins, M., Herbane, B., Artis, G. (2014). « Understanding people's needs in a commercial public space: About accessibility and lived experience in social settings. » *ALTER-Journal européen de recherche sur le handicap*, 8(3), p. 206-216. doi: 10.1016/j.alter.2014.02.007.

Poldma, T., Kehayia, E. et Swaine, B. (2013). Chapter 9 : Building Community Together Through Collaborative Research: An Innovative Rehabilitation Living Lab. Dans Vaikla-Poldma, T. (édit.), *Meanings of Designed Spaces*. New York: Fairchild Publications, a Bloomsbury Imprint.

Poldma, T. et Wesolkowska, M. (2005). Changing Concepts of Time-Space : A Paradigm Shift for Interior Design? *In-form* 5, p. 54-61.

Poldma, T. et Wilkinson, F. (2008). Adapting the Environment For Life: Universally Speaking. Communication présentée au IFI International Global Conference on Aging, Montréal (Canada).

Rosario, P.A. et Derienzi, D. (2009). « So forget how old I am! » Examining age identities in the face of chronic conditions, *Sociology of Health & Illness*, 31(4), 540-553.

Uotinen, V. et Rantanen, T. (2006). Change in Subjective Age Among Older People Over an Eight-Year Follow-Up: 'Getting Older and Feeling Younger?', *Experimental Aging Research*, 32, 381-393.

Statistique Canada (2012). *Estimations démographiques annuelles: Canada, provinces et territoires (91-215-X)*. Ottawa : Government of Canada.

Swaine, B., Labbé, D., Poldma, T., Barile, M., Fichten, C., Havel, A., Kehayia, E., Mazer, B., McKinley, P., Rochette, A. (2014). What facilitates and limits shopping mall use by persons with disabilities and strategies for improvements: Perspectives from persons with disabilities, rehabilitation professionals and shopkeepers. *ALTER-Journal européen de recherche sur le handicap*, 8(3), 217-229. doi : 10.1016/j.alter.2014.04.003.

Tomaka, J., Thompson, S., Palacios, R. (2006). The relation of social isolation, loneliness, and social support to disease outcomes among the elderly. *Journal of Aging and Health*, 18(3) : 359.

Winchip, S. (2008). *Fundamentals of Lighting*. New York: Fairchild Publications Inc.

Young, P (2000). The Age Factor. *Azure Magazine*, September/October, p. 90-95.



**SécuriGroupe,
c'est un engagement**

Profitez de la vie en protégeant votre santé financière.

- En cas d'une invalidité ou d'une perte d'autonomie
- En cas de décès
- Pour la retraite
- Pour le transfert du patrimoine

Notre équipe de professionnels saura
vous conseiller selon vos besoins.

Appelez-nous au
1 866 225-5050
ou visitez notre site securigroupe.com

SÉCURIGROUPE
CABINET DE SERVICES FINANCIERS