

Cette conférence a été présentée dans le cadre du colloque intitulé « **Les municipalités-amies des aînés au Québec : Au carrefour de la pratique et de la recherche** » lors du congrès de l'Acfas à Montréal (les 11 et 12 mai 2016 à l'UQAM).

© La totalité du contenu de ce document est protégée par des droits d'auteurs et ne peut être modifiée ou reprise sans l'autorisation écrite de ses auteurs.

Si vous souhaitez de plus amples informations à ce sujet, nous vous prions d'écrire à l'adresse courriel suivante : [Mario.Paris@USherbrooke.ca](mailto:Mario.Paris@USherbrooke.ca)

Merci de votre souci pour la propriété intellectuelle.

Équipe de recherche sur les « Municipalités-amies des aînés » (MADA) de l'Université de Sherbrooke et du Centre de recherche sur le vieillissement.

<http://madaquebec.com/fr/>



## ACFAS 2016

---

### Voisinages solidaires Les bons côtés d'être à côté

Nadine Maltais  
Réseau québécois de Villes et Villages en santé

# Plan de la présentation



1. Le voisinage: pourquoi s'y intéresser?
2. Les 3 piliers de la solidarité
3. Un mot sur le RQVVS
4. Voisins solidaires: les bons côtés d'être à côté



# Réseau québécois de Villes et Villages en santé

- Mouvement présent partout dans le monde (fondé par l'OMS)
- Municipalité = leviers pour agir sur les déterminants de la santé
- Plus de 225 municipalités membres
- Créé en 1987
- Repose sur trois principes d'action:
  - leadership municipal
  - concertation et partenariat
  - implication des citoyens
- Pour faire quoi?
  - Pour améliorer la qualité de vie et la santé des citoyens





# Pourquoi s'intéresser au voisinage?

1. Vieillir chez-soi
2. Liens sociaux: déterminant majeur de la santé et du bien-être.
3. Participation
4. Solution sociale qui répond à plusieurs enjeux (isolement, pauvreté, santé mentale, participation, etc.)
5. Facile à mettre en œuvre
6. Projet positif et rassembleur qui brise les silos

**Famille  
et amis**

**Solidarité:  
trois piliers**

**Voisins  
(inexploité)**

**Institutions  
et  
organismes**



# Le voisinage: un espace oublié

---

## Dans nos milieux de vie:

- Événements de toutes sortes
- Beaucoup de bénévolat = organisé
- Consultations, comités, projets
- Organismes et actions par clientèle (famille, enfance, aînés, jeunes, etc.) ou par thème: écologie, sécurité, habitudes de vie, transport, etc..
- Peu d'initiatives visent spécifiquement le voisinage



# Liens entre santé et voisinage : Que dit la littérature?

---

## ACTIVITÉS PHYSIQUES

Addy, C.L., D.K. Wilson, K.A. Kirtland, B.E. Ainsworth, P. Sharpe et D. Kimsey (2004), *Associations of perceived social and physical environmental supports with physical activity and walking behavior*. *American Journal of Public Health*, 94(3), 440-443.

## LUTTE CONTRE L'EXCLUSION

Bergeron, André, Michel Morel et Isabelle Thérien (2002), *Portrait d'initiatives du milieu pour contrer la pauvreté*, sous la direction de Camil Bouchard et Marie-France Raynault, Observatoire montréalais sur les inégalités sociales et de la santé, consulté en mai 2011 :

## IMMIGRANTS

Bernèche, Francine (2005), *L'accueil et l'accompagnement des immigrants récemment installés dans des HLM de quartiers montréalais : l'expérience du projet Habiter la mixité*, Montréal, INRS Urbanisation, Culture et Société, 97 p.

## SANTÉ MENTALE

Capelle-Fillion, Lara (2002), *Relations de voisinage et impact sur la santé mentale*. Mémoire de maîtrise en psychopathologie. Université Paris V–René Descartes. Institut de psychologie. Consulté en mai 2011





# Que dit la littérature? – suite

---

## PERSONNES ÂGÉES

*Les besoins des personnes âgées en matière d'aide personnelle*, Rapports sur la santé, été, vol. 10, no 1, Statistique Canada, no 82-003 au catalogue.

Clément, Serge, Jean Mantovani et Monique Membrado (2004), *Du bon voisinage aux solidarités de proximité*, dans *Solitude et isolement des personnes âgées*, dir. Philippe Pitaud, p. 105 à 138.

Hermant, Michèle, Nathalie Pauchet, Christine Astruc, Naïs Slimani et Myriam Boyer (2004), *Solidarités de voisinage : ce que nous enseigne le terrain*, dans *Solitude et isolement des personnes âgées*, dir. Philippe Pitaud, p. 207 à 220.

## RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE

Hutchins, Rick et Paula Speevak Sladowski (2009), *Guide sur la résilience des collectivités*, Conçu dans le cadre du projet « Affermir le rôle du secteur bénévole dans les interventions sanitaires d'urgence », Centre for Voluntary Sector Research and Development Carleton University, 31 p., consulté en mai 2011



# Voisins solidaires





# HISTORIQUE

---

## Projets-pilotes dans 6 communautés de nature diverse

- Blainville
- Granby
- Arrondissements Verdun et St-Laurent
- St-Léonard-de-Portneuf
- Québec (quartier Montmorency)



# Voisins solidaires, topo

## Vision

Bâtir une société plus humaine dans laquelle chacun se sent responsable de tous et pose des gestes d'entraide informelle, dans son environnement immédiat et adaptés à ses capacités.

## Objectif

- Renforcer au quotidien les petits services entre voisins et le soutien mutuel
- Développer l'esprit communautaire

## Effets attendus:

- Les citoyens voient le voisinage comme un lieu de plaisir, de convivialité et d'entraide.
- Une dynamique d'entraide entre voisins commence à s'installer dans la communauté.

## Impacts (10 ans)

Début d'un changement de norme sociale.

- **Ancienne norme** : le bon voisin est celui qu'on ne voit pas et n'entend pas
- **Nouvelle norme** : le bon voisin est celui avec qui je peux être en lien dans une relation d'entraide mutuelle.



# Des petits gestes qui peuvent changer une vie

- Initier une petite conversation avec un voisin qu'on connaît peu
- Se donner rendez-vous pour une petite marche
- Téléphoner régulièrement à une personne seule en convalescence
- Se donner un petit signal pour signifier que la journée est bien commencée
- Repérer les services offerts par les organismes et en parler à son voisin aîné
- Configurer Skype pour les liens avec la famille
- Changer des ampoules
- Faire des petites commissions
- Gardiennage, transport, échange d'outils, etc.



# Apprentissages

- VS est avant tout une philosophie plutôt qu'un programme à implanter avec une série d'étapes
- Interface positive et rassembleuse. Brise les silos. Permet d'agir sur plusieurs problématiques : isolement social, pauvreté, sentiment d'appartenance, participation, sécurité, etc.
- On optimise les chances de succès en coordonnant un ensemble d'actions dans les divers domaines (facteurs d'influence)
- Dans les villages, les gens se connaissent mais l'entraide se passe surtout au niveau familial



# Facteurs qui influencent les relations de voisinage

## Facteurs individuels

- Éducation / valeurs / croyances
- Varie selon les cultures (latino, africaine, occidentale, etc.)
- Réseau social individuel déjà bien rempli (famille, amis, collègues)
- Timidité / manque d'habileté / manque de temps
- Expériences antérieures
- Peur d'être vu comme dépendant ou envahissant
- Peur d'être envahi
- Sentiment de vulnérabilité
- Présence de la famille à proximité



# Facteurs - suite

## Environnement social

**Macro** - Valeurs prédominantes dans la société

### Micro

- Culture locale (inclusion, participation, vie communautaire, rapport entre les natifs et les non-natifs)
- Présence d'occasions de sociabilité
- Ancienneté résidentielle / fréquence des déménagements
- Présence d'individus rassembleurs (agent de contagion)
- Milieu social homogène / hétérogène
- Valeurs et situation de vie similaires = facteur favorable (ex : jeune famille)





# Facteurs - suite

---

## Environnement physique

- Densité résidentielle (banlieue, rangs, immeubles à logement/condo, etc.)
- Configuration physique (voie ferrée, grand boulevard, transport actif, etc.)
- Présence de lieux de sociabilité
- Présence de services de proximité

## Environnement politique

- Culture et valeurs portées par le conseil municipal
- Des politiques et des plans d'action qui prennent en compte le voisinage



# Comment réaliser VS dans sa communauté?

## Une stratégie à trois axes

- **Démarche collective – agir ensemble**
  - Intégration/arrimage aux initiatives existantes
- **Intégration à la gestion municipale**
  - Prise en compte du voisinage dans les champs de compétences pertinents (aménagement, vie communautaire, sécurité publique et civile)
  - Intégration dans les politiques et plans d'action (ainés, famille, développement social, etc.)
- **Rejoindre les citoyens**
  - Sensibiliser et mobiliser par des activités



# Actions concrètes pour influencer le voisinage

- Promouvoir la Fête des voisins
- Réaliser la campagne des ronds blancs – se dire bonjour
- Adapter la réglementation :
  - permettre le jeu dans la rue, des patinoires, des potagers et des modules de jeu dans la cour avant des maisons
- Soirée reconnaissance des bénévoles : souligner apport des VS
- Plate-forme Web pour création de liens entre voisins
- Placotoirs dans les ruelles, biblio partage, frigos communautaires



# Actions concrètes - suite

- Promouvoir Plant Catching – échange de plantes
- Organiser des cafés-citoyens – comment développer un voisinage convivial?
- Distribuer pizzas le 1er juillet
- Cérémonie d'accueil des nouveaux résidents : y parler de VS
- Concours de gestes de bon voisinage
- Soutien financier pour des initiatives de bon voisinage (ex : biblio partage)
- Et il y en a plein d'autres...



# Conditions de succès

- Engagement officiel de la municipalité
- Noyau porteur convaincu (configuration variable selon les milieux)
- Processus collectif
- Posture de cocréation, d'intelligence collective et d'innovation sociale
- Première phase d'au moins 3 ans

# Le virus a frappé!

VS

**Nous sommes  
une communauté  
voisins solidaires**





## En conclusion

Le défi du vieillissement est trop grand... pour qu'on se prive des voisins.

Réveillons les gisements d'entraide et de solidarité qui dorment dans nos villages et nos quartiers.

