

**Texte de Lili Germain
Coordonnatrice
Table régionale de concertation des personnes âgées
de l'Abitibi-Témiscamingue**

**Les femmes âgées de l'Abitibi-Témiscamingue
Des réalités spécifiques**

Les conditions de vie des femmes âgées de l'Abitibi-Témiscamingue, donc celles ayant 65 ans et plus, peuvent s'exprimer de différentes façons, plusieurs facteurs entrant en ligne de compte. Mais avant d'aborder ce sujet, voici un survol de leur situation. Nous aborderons ensuite certains enjeux et défis préoccupants et nous identifierons quelques priorités d'intervention pouvant aider à améliorer le sort des femmes âgées de la région.

Les femmes âgées de la région

L'Abitibi-Témiscamingue compte une population en faible croissance, mais vieillissante. Selon l'Institut de la statistique du Québec¹, la population de la région regroupe 72 677 femmes dont 16 262 ont 65 ans et plus. Les âgées représentent plus de la moitié de la population âgée de la région (51 %) et comptent pour près de 11 % de l'ensemble de la population de l'Abitibi-Témiscamingue. La part des femmes âgées de la région dans la population de 65 ans et plus tend à diminuer puisqu'il y a 20 ans, elle était de 56 %.

Le Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue a publié un tableau faisant état de la répartition de la population projetée selon le groupe d'âge et le sexe². On y constate que les femmes de 65 ans et plus totaliseront 19 957 personnes en 2030. Leur part dans la population féminine totale s'établira alors à 27,6 % ; cette proportion était de 22 % en 2022³. Chez les personnes de 85 ans et plus, les femmes composeraient 54 % de la population âgée en 2041, comparativement à environ 63 % en 2021⁴.

Selon l'Institut de la statistique du Québec, l'espérance de vie à la naissance des femmes est de 82,4 ans en Abitibi-Témiscamingue. Elles vivent en moyenne plus longtemps que les hommes, pour qui l'espérance de vie est de 78 ans⁵. Par ailleurs, l'espérance de vie à 65 ans est estimée à plus de 86 ans pour les femmes de la région.

Le nombre de femmes de 65 ans et plus vivant seules en 2021 s'élève à 4 585 selon les données du dernier recensement⁶. Celles qui sont mariées totalisent 6 490 personnes alors que les veuves sont au nombre de 1 520. En général, on note que les femmes âgées

¹ Institut de la statistique du Québec, Fiches démographiques, Les régions administratives du Québec en 2022 (2023).

² Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue, Portrait de santé – Déterminants de la santé, données mises à jour en mars 2020. Source des données : Institut de la statistique du Québec, Perspectives démographiques du Québec et des régions, 2016-2066, octobre 2019

³ Institut de la statistique du Québec, Statistique Canada, Estimation démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2023). Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

⁴ Institut de la statistique du Québec, Estimations démographiques annuelles (janvier 2023), à partir de Statistique Canada et projections de la population pour les régions et les MRC. Compilation : Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue.

⁵ Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue, Portrait de santé de la population de l'Abitibi-Témiscamingue (mise à jour 2021).

⁶ Statistique Canada, Tableau 98-10-0043-01, Type de construction résidentielle, âge et genre, Canada, provinces et territoires, divisions de recensement et subdivisions de recensement.

sont plus nombreuses que les hommes à vivre seules et cela est d'autant plus vrai chez les femmes les plus âgées.

En ce qui concerne le type de résidence, 9 280 femmes âgées de la région habitent une maison (maison individuelle non attenante, jumelée ou en rangée) alors que 4 655 vivent en appartement (appartement ou plain-pied dans un duplex ou dans un immeuble)⁷. On dénombre 2 006 places dans les résidences privées pour aînés de la région, dont 511 sont situées en ruralité. Le loyer moyen des places standards se chiffre à 2 055\$ (1 668\$ en ruralité)⁸. Enfin, les femmes aînées hébergées dans les centres d'hébergement de soins de longue durée (359) occupent 55% des lits dans la région et cette part monte à 61% dans les ressources intermédiaires (217 femmes)⁹.

On peut enfin retenir que dans la région, 3 940 femmes âgées sont considérées comme étant à faible revenu, ce qui correspond à un taux de 27,9%. Ce taux chez les hommes n'est que de 21,5%¹⁰.

Les programmes gouvernementaux et les services communautaires contribuent à améliorer le sort des femmes aînées dans la mesure où ils sont suffisamment accessibles et adaptés aux besoins. Les coûts qui y sont associés peuvent affecter l'indépendance et la qualité de vie des femmes aînées de la région et en pousser certaines à quitter leur milieu de vie pour se rapprocher des services.

Les enjeux et les défis

En général, les femmes âgées rencontrent un certain nombre de défis liés à l'âge, mais ceux-ci peuvent être aggravés par des facteurs comme la solitude, le fait de vivre seule et l'isolement social. Puisqu'elles ont une espérance de vie plus longue que les hommes, elles ont davantage de chances d'être aux prises avec des problèmes de santé et de souffrir de maladies chroniques ou d'incapacités et de limitations. La santé mentale fait également partie des défis qu'elles peuvent rencontrer. Les risques de chutes les guettent également, ce qui peut mener à des hospitalisations.

Les conditions de vie des femmes âgées dépendent de multiples facteurs dont font partie le niveau de revenu et les difficultés financières, l'état de santé, la situation familiale et la présence de réseaux de soutien, l'accès aux services, la possibilité de se déplacer et le fait d'habiter un logement répondant à ses besoins.

Les effets du vieillissement peuvent affecter la qualité de vie, mais les effets sur l'entourage immédiat se font également sentir, notamment auprès des proches aidants. Les besoins accrus d'une population vieillissante ont une incidence directe sur les services dispensés par le réseau de la santé et des services sociaux, dont les services de soutien à domicile, ainsi que sur les organismes communautaires actifs dans les différents milieux. Mais le fait de pouvoir accéder ou non aux services et aux ressources ainsi que la méconnaissance empêchant de les obtenir

⁷ Statistique Canada, données du recensement 2021.

⁸ Société canadienne d'hypothèque et de logement, 2021. Données de l'enquête sur les résidences privées pour aînés (agglomérations de recensement). Compilation Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue.

⁹ Données fournies par le Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue le 14 mars 2023.

¹⁰ Statistique Canada, Recensement de la population de 2021, Profil de recensement, tableau 98-10-0103-01. Compilation : Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue.

font aussi partie des enjeux, tout comme la peur de déranger. Il faut aussi mentionner que la forte pénurie de main-d'œuvre affecte la région et, du coup, la dispensation de services de toute nature.

Le fait de vivre seule, l'isolement social et le revenu peuvent rendre les femmes âgées plus vulnérables, notamment celles qui vivent dans des lieux isolés éloignés des noyaux urbains ou qui ont des problèmes pour se déplacer en raison d'une limitation physique, d'un handicap ou d'un accès restreint à un mode de transport. L'Abitibi-Témiscamingue couvre un vaste territoire et de grandes distances doivent être franchies pour aller chercher des services ou les rendre. La possibilité de conduire un véhicule ou de pouvoir compter sur le conjoint pour se déplacer offre une alternative, tout comme la possibilité d'utiliser des services de transport adapté ou d'accompagnement par des bénévoles. Or, ceux-ci peuvent être sous-développés, surtout en ruralité, ne pas répondre aux besoins ou s'avérer dispendieux.

Des lacunes au niveau du transport et les frais qui y sont associés peuvent renforcer l'isolement social des femmes âgées ou mener à la décision de déménager.

Dans la région, une demande visant une meilleure offre de logements à prix abordable ou adaptés a souvent été exprimée, mais la rareté se fait toujours sentir alors que le temps d'attente pour s'y établir est long. Par ailleurs, la région compte un taux d'inoccupation très faible de ses logements. Cette pénurie joue sur la hausse des prix et les alternatives sont peu nombreuses. Les femmes âgées peuvent donc avoir du mal à accéder à des logements adaptés à leurs besoins et à leur revenu.

Certaines femmes âgées vulnérables consacrent une part importante de leur revenu pour se loger. La perte d'autonomie physique joue sur la capacité d'entretenir sa résidence.

On remarque dans la région que les femmes âgées sont souvent désavantagées par rapport aux hommes puisque leurs revenus sont moindres, notamment en raison du fait qu'elles ont été en moins grande proportion actives sur le marché du travail. Elles peuvent donc avoir du mal à subvenir à leurs besoins au moment de la retraite et certaines d'entre elles souffrent de pauvreté.

La pension de sécurité de la vieillesse, la rente de retraite du Québec et le supplément de revenu garanti sont insuffisants pour soutenir un revenu décent, surtout en période d'inflation. Les femmes âgées sont plus susceptibles de dépendre de ces aides financières et toutes ne peuvent compter sur des fonds privés de retraite.

Les femmes âgées agissent souvent comme proches aidantes, entraînant de l'épuisement, surtout si les mesures de soutien ne sont pas suffisantes. Cela peut être particulièrement problématique pour celles vivant en milieu éloigné ou qui ont des revenus limités.

« Il faut planifier le réseau d'entraide et de soutien afin de compenser l'absence de proches aidants, particulièrement pour les femmes vivant seules ».

Monique Roy, directrice générale
Réseau 50 Plus

Mais au-delà de ces problèmes, on peut retenir que les femmes âgées ne sont pas toutes en situation de vulnérabilité. Plusieurs jouissent de très bons réseaux et demeurent actives dans leur communauté et auprès des leurs, ce qui peut avoir des effets positifs tant pour elles que pour leur entourage. Même si leurs gestes peuvent parfois être invisibles, les femmes âgées sont au cœur de bien

des éléments bénéfiques, qu'on pense à la transmission de savoirs, au développement de liens intergénérationnels, à l'implication bénévole et à d'autres actions ayant de réels impacts sur les communautés.

Les priorités à mettre de l'avant

La Table régionale de concertation des personnes âgées de l'Abitibi-Témiscamingue a tenu en novembre 2021 une rencontre de concertation de laquelle sont ressorties quelques priorités d'intervention. Elles concernent l'ensemble de la population, mais touchent directement les femmes âgées. La première de ces priorités vise à faciliter l'accès aux soins et services de santé, dont ceux à domicile et dans les milieux ruraux. La deuxième priorité met de l'avant la nécessité de former davantage d'aides à domicile. La troisième cible l'importance de réduire la pauvreté chez les personnes âgées. À cela s'ajoute l'importance d'offrir un transport en commun ou une option alternative pour les âgés en milieu rural. La lutte à la maltraitance fait également partie des préoccupations nommées parmi les priorités ainsi qu'un meilleur accès au logement pour les personnes âgées : logement social, en CHSLD, résidences pour âgés ouoyer.

On constate que le redémarrage des activités dans la foulée de la pandémie de Covid-19 est parfois difficile pour arriver à briser l'isolement chez les personnes âgées. Il semble que les femmes aient été touchées plus durement que les hommes; on pense entre autres aux violences conjugales, à la détresse psychologique, à l'isolement. Il sera donc nécessaire de travailler à relancer les activités permettant de socialiser, notamment au regard des femmes âgées de la région. Les tables locales d'âgés peuvent être d'une grande aide à ce propos. Même chose pour les démarches liées à la lutte à la maltraitance et aux abus. L'implication municipale dans les démarches Municipalités amies des âgés dans un contexte de partenariat avec d'autres intervenants peut également renforcer les impacts positifs pour les femmes âgées de la région.

En terminant, l'analyse différenciée selon le sexe pourrait permettre une meilleure lecture des besoins liés aux femmes, dont les femmes âgées, et de leur réalité, ce qui permettrait d'emprunter des avenues de solutions mieux adaptées et d'éviter les inégalités.

Autre document consulté :

Centre d'action bénévole de Rouyn-Noranda, en collaboration avec la Table des âgés de Rouyn-Noranda, Vivre et vieillir ensemble dans nos quartiers ruraux, Rapport de recherche, mai 2021, 47 pages.