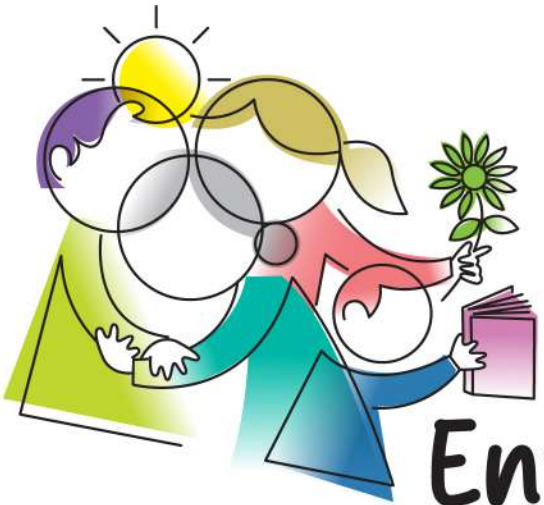
APPEL À L'ACTION DU DIRECTEUR DE SANTÉ PUBLIQUE DE LA MONTÉRÉGIE

REGARDS ET PISTES POUR MIEUX VIEILLIR ENSEMBLE

RAPPORT DU DIRECTEUR 2026



Entre générations

Santé Québec

Une publication de la Direction de santé publique de la Montérégie (DSPu)

Sous la direction de
David-Martin Milot, directeur de santé publique de la Montérégie, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre

Chargée de projet
Emilie Rousseau-Tremblay, APPR, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre

Rédaction
Julie Dufort, cogestionnaire médicale, cheffe du service de médecine préventive et médecine dentaire préventive, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre
Emilie Rousseau-Tremblay, APPR, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre

Collaboration
Julie Blanchette-Lamothe, APPR, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre
Annick Gendron, APPR, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre
Marie-Hélène Houde, APPR, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre
Yolaine Noël, cheffe de service régional, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre
Julia Pinheiro Carvalho, médecin-conseil, DSPu, Santé Québec Montérégie-Centre

Comité aviseur
Karolyne Baril, APPR locale auprès des municipalités, Santé Québec Montérégie-Centre
Julie Castonguay, chercheure, Centre collégial d'expertise en gérontologie, Cégep de Drummondville
Isabelle Choquette, directrice générale, Table de concertation des aînés de la Montérégie
Elie Gravel, directeur général, Outil
Marie-Ève Hamelin, coordonnatrice concertation et liaison, Pôle réussite Montérégie
Nicolas Hébert, coordonnateur de programme des activités de santé publique, Santé Québec Montérégie-Est
Patrick Lafleur, directeur général, Loisir et sport Montérégie
Nadia Lambert, directrice adjointe soutien à domicile et trajectoire gériatrique spécialisée - secteur Richelieu-Yamaska et Pierre-de-Saurel, responsable de l'approche intégrée de proximité destinée aux personnes aînées, Santé Québec Montérégie-Est
Christine Leboeuf, directrice adjointe Soutien à l'autonomie des personnes âgées, Santé Québec Montérégie-Ouest
Kim Lestage, APPR locale auprès des municipalités, Santé Québec Montérégie-Est
Monique Lévesque, citoyenne partenaire
Julie Marcil, APPR, intervenante pivot « École en santé », Santé Québec Montérégie-Centre
Michel Milot, président-directeur général, Chambre de commerce et d'industrie du Haut-Richelieu
Mame Moussa Sy, directeur général, Maison internationale Rive-Sud
Marilyn Nadeau, mairesse de Saint-Jean-Baptiste, préfète de la MRC de la Vallée-du-Richelieu
Placide Nsengiyumya, citoyen partenaire
Jocelyn Robert, coordonnateur de programme des activités de santé publique, Santé Québec Montérégie-Ouest
Dominique Trudeau, directrice générale, Intergénérations Québec

Relecture
Équipes de la Direction de santé publique
Membres du comité aviseur

Révision linguistique et diffusion
Direction des communications et des affaires publiques
Santé Québec Montérégie-Centre

Conception graphique
Bernard Lafleur – Le zeste graphique

Légende
APPR : agente de planification, de programmation et de recherche

Dans ce document, certaines tâches de rédaction, de reformulation et de révision ont été réalisées avec l'assistance de l'intelligence artificielle générative de Microsoft Copilot. Le contenu a été revu, corrigé et validé par l'équipe de rédaction, qui demeure entièrement responsable du contenu. Ce document est disponible en version électronique sur le **portail extranet de la Direction de santé publique**.

Dans ce document, le générique masculin est utilisé sans intention discriminatoire et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026
Bibliothèque et Archives Canada, 2026
ISBN : 978-2-555-04946-8 (PDF)

Reproduction ou téléchargement autorisé pour une utilisation personnelle ou publique à des fins non commerciales avec mention de la source : Direction de santé publique de la Montérégie. Appel à l'action du directeur de santé publique de la Montérégie – Entre générations : regards et pistes pour mieux vieillir ensemble - Rapport du directeur 2026. Longueuil (QC) : Santé Québec Montérégie-Centre; 2026.

© Tous droits réservés, Santé Québec, 2026, 1255, rue Beauregard, Longueuil (Québec) J4K 2M3

MOT DU DIRECTEUR

ENTRE GÉNÉRATIONS : FAIRE GRANDIR CE QUI NOUS RASSEMBLE

Chaque génération porte une part unique de l'expérience humaine. Les enfants nous rappellent la curiosité. Les jeunes apportent leur énergie et leur regard neuf. Les adultes mettent en œuvre des projets personnels et collectifs connectés à leurs aspirations. Les personnes aînées enrichissent nos communautés par leur expérience, leurs talents et leur perspective teintée d'une sagesse historique. Pourtant, dans nos vies accélérées, les occasions de se rencontrer, de se connaître et d'apprendre les uns des autres se font plus rares.

Ce rapport a comme base un rappel essentiel : lorsque les générations se côtoient et donnent un sens à leur rencontre, tout le monde y gagne. Les personnes se sentent davantage connectées à leur communauté. Les préjugés diminuent. Les savoirs circulent. Les milieux deviennent plus vivants, plus inclusifs et plus résilients. Les liens entre les générations ne sont pas seulement souhaitables, ils sont un véritable levier pour la santé et le bien-être collectifs.

Les liens intergénérationnels ne se construisent pas seuls. Ils exigent une certaine audace puisqu'ils impliquent d'essayer de nouvelles approches, d'adapter des projets existants ou de s'ouvrir à des collaborations qui n'avaient peut-être jamais été envisagées auparavant. Ces liens se tissent dans une multitude de milieux, chacun disposant de leviers uniques pour favoriser la rencontre, la collaboration et le partage. C'est pourquoi nous avons choisi d'organiser ce rapport par milieux, afin d'illustrer comment chaque secteur peut contribuer, à sa façon, à un mouvement collectif plus vaste.

Pour favoriser un tel mouvement collectif, ce Rapport du directeur devient un Appel à l'action. Ainsi, je vous lance un défi. Au cours des douze prochains mois, je vous invite à poser au moins une action qui favorise des relations intergénérationnelles significatives dans votre milieu. Cette action n'a pas besoin d'être complexe. Elle peut prendre la forme d'un partenariat, d'une activité, d'un projet pilote ou même d'une adaptation à une initiative déjà existante. L'important est de créer une occasion où des personnes de générations différentes peuvent se rencontrer, collaborer, apprendre ensemble et reconnaître la valeur de leurs contributions respectives.

Les initiatives inspirantes présentées dans ce rapport démontrent qu'il est possible de faire autrement. Je nous invite maintenant à passer ensemble de l'inspiration à l'action. Parce qu'une communauté qui rapproche ses générations est une communauté qui prend soin de son avenir.

David-Martin Milot
Directeur de santé publique de la Montérégie

TABLE DES MATIÈRES

Introduction 9

Milieu éducatif 14

Une initiative inspirante : La lecture réalisée par un adulte à des enfants 16

Un exemple de cette initiative : Programme Lire et faire lire 16

Milieu du travail 21

Une initiative inspirante : Le mentorat en milieu de travail 24

Un exemple de cette initiative : Les programmes de mentorat en milieu de travail 25

Milieu de l'habitation 28

Une initiative inspirante : La conception de milieux de vie complets 32

Un exemple de cette initiative : Les visions urbanistiques inclusives 32

Milieu du sport, du loisir et de la culture 36

Une initiative inspirante : Les arts de la scène 39

Un exemple de cette initiative : Exclamotion 39

Milieu communautaire 42

Une initiative inspirante : Le jardin pédagogique intergénérationnel 45

Un exemple de cette initiative : Ô Jardin des ancêtres 45

Milieu municipal 48

Une initiative inspirante : Les politiques intégrées « famille et aînés » 50

Un exemple de cette initiative : « Habitée par ses générations 2021-2025 » 51

Milieu de la santé et des services sociaux 54

Une initiative inspirante : Les milieux d'hébergement avec une mixité d'usage 57

Un exemple de cette initiative : La maison des aînés et alternative de Châteauguay 57

À vous de passer à l'action 61

Conclusion 62

Références 63

GLOSSAIRE

Abordabilité : Fait qu'un bien ou un service soit financièrement accessible, sans créer une pression excessive sur le budget d'une personne ou d'un ménage.

Âgisme : Désigne les stéréotypes, les préjugés ou les comportements discriminatoires fondés sur l'âge. Il peut toucher les personnes de tous âges et se manifester dans les attitudes, les pratiques, les politiques ou l'organisation des milieux de vie.

Communauté nourricière : Réfère à plusieurs acteurs qui s'organisent collectivement pour améliorer l'accès à une alimentation saine, durable et locale, tout en renforçant les liens sociaux et la qualité de vie.

Génération : Dans ce document, et dans la démarche de l'Appel à l'action du directeur, une génération se définit comme un groupe de personnes nées dans un intervalle d'une vingtaine d'années, et qui partagent des repères temporels, sociaux et culturels liés à leur âge et au contexte dans lequel elles ont grandi. Nous parlerons donc en termes de tranches d'âge ou de groupe populationnel (enfants, jeunes, jeunes adultes, adultes, aînés), sans présumer que les personnes d'un même groupe d'âge partagent les mêmes besoins, valeurs ou comportements. Cette définition est différente de la vision plus courante des générations, qui les décrit surtout à partir de leurs habitudes de consommation et de leurs préférences.

Milieux de vie : Ce terme désigne les environnements dans lesquels les personnes vivent, travaillent, et passent leur temps, comprenant leur domicile, leur quartier, et les espaces publics.(1)

Participation sociale : La participation sociale renvoie aux occasions de s'impliquer dans des activités offrant des interactions avec d'autres dans sa communauté et dans des espaces partagés importants pour les personnes : activités culturelles, sportives, engagement citoyen, bénévolat, emploi ou entraide, par exemple. Elle permet de créer des liens significatifs, de développer un sentiment d'appartenance et de contribuer à sa communauté. La participation sociale peut évoluer en fonction du temps, des ressources disponibles ou du contexte sociétal. Elle fait aussi appel aux choix, aux préférences et au sens accordé aux activités par la personne.(2)

Santé mentale positive : Se définit comme une disposition qui permet à chacun de ressentir, de penser et d'agir de manière à jouir de la vie, à faire face aux difficultés du quotidien et à contribuer à la vie de sa communauté. Elle se décline en trois dimensions : le bien-être émotionnel, le bien-être psychologique et le bien-être social. Elle ne se limite pas à l'absence de troubles mentaux.(3)

Santé sociale : Désigne la quantité et la qualité adéquates de relations dans un contexte donné permettant de satisfaire le besoin qu'a une personne d'avoir des relations humaines qui importent vraiment.(4)

MESSAGES CLÉS

LA MISE EN RELATION INTERGÉNÉRATIONNELLE EST UN LEVIER PUISSANT POUR UNE MEILLEURE SANTÉ DES POPULATIONS.
Elle peut notamment permettre la participation sociale, réduire la solitude et l'isolement, renforcer le sentiment d'appartenance et contribuer au vieillissement en santé.

L'ÂGISME TOUCHE LES PERSONNES DE TOUS ÂGES ET PEUT ÊTRE RÉDUIT PAR DES CONTACTS INTERGÉNÉRATIONNELS DE QUALITÉ.
Les initiatives doivent miser sur la rencontre, la collaboration et la reconnaissance des contributions de chacun, au-delà de l'âge.

LA MIXITÉ GÉNÉRATIONNELLE SE PLANIFIE.
Elle ne repose pas seulement sur la cohabitation de groupes d'âge différents, mais sur des conditions concrètes : accessibilité, espaces communs, animation, continuité, sécurité, médiation et objectifs partagés.

LE PARTAGE DES EXPÉRIENCES ET DES SAVOIRS EST MUTUEL.
Les personnes aînées peuvent transmettre des expériences et savoir-faire, mais les jeunes, les adultes et les milieux apportent aussi des connaissances, des perspectives, des compétences et des façons de faire qui enrichissent l'ensemble des participants.

LES ACTEURS DE CHAQUE MILIEU PEUVENT AGIR.
Les milieux éducatifs, du travail, de l'habitation, du sport, du loisir et de la culture, communautaires, municipaux et de santé et services sociaux disposent tous de leviers pour créer des liens entre les générations et soutenir des communautés plus inclusives et solidaires.

INTRODUCTION

À toutes les étapes de la vie, les relations humaines de qualité jouent un rôle essentiel pour soutenir la santé, le bien-être et le sentiment d'appartenance. (5) Pourtant, de nombreuses personnes vivent de la solitude ou de l'isolement social à différents moments de leur vie. Les transformations récentes des modes de vie, du travail, des milieux résidentiels et des réseaux sociaux naturels peuvent réduire les occasions de créer et d'entretenir des relations significatives. Cette réalité touche les personnes de tous âges et de tous horizons (voir document **Agir ensemble pour contrer la solitude et favoriser la participation sociale à tous les âges**).

Parmi les stratégies reconnues pour favoriser les liens sociaux et le sentiment d'appartenance, la participation sociale occupe une place de choix. Chez les personnes aînées, elle constitue un déterminant important du vieillissement en santé, en favorisant non seulement les interactions sociales et le sentiment d'appartenance, mais aussi d'autres facteurs protecteurs, tels que l'activité physique, les saines habitudes de vie et le maintien d'une vie active et stimulante. Parmi les nombreuses façons de soutenir cette participation, les relations intergénérationnelles se distinguent par leur potentiel à rapprocher les générations, à renforcer l'inclusion sociale et à réduire l'isolement. Par les échanges, les collaborations et le partage d'expériences qu'elles suscitent, elles contribuent à enrichir les parcours de vie et le bien-être de l'ensemble des personnes impliquées.

Bien que les formes qu'elles prennent soient variées, les initiatives intergénérationnelles génèrent plusieurs bénéfices communs et transversaux à tous les groupes d'âge. On compte parmi ces bénéfices :

- L'amélioration de l'estime de soi
- La réduction de l'âgisme
- La meilleure compréhension de l'autre génération
- L'influence positive sur la santé mentale
- Le développement de compétences

Le transfert de savoirs, d'expériences et de valeurs ne se fait pas dans un seul sens : les initiatives intergénérationnelles permettent à chaque personne de transmettre, d'apprendre et de contribuer à partir de ses expériences, de ses habiletés et de ses intérêts.

Les relations intergénérationnelles contribuent aussi à la cohésion d'une communauté et à sa résilience(6). Elles renforcent les réseaux de soutien et la capacité d'entraide au sein des milieux de vie. Elles contribuent ainsi à des communautés plus dynamiques, capables de mobiliser leurs forces et de s'adapter aux défis qu'elles vivent, qu'ils soient de nature sociale, économique, environnementale ou liés à des situations de crise.

LA DÉMARCHE DERRIÈRE L'APPEL À L'ACTION

C'est dans ce contexte que s'inscrit l'Appel à l'action du directeur de santé publique. Cette démarche vise à mobiliser plusieurs milieux en Montérégie autour des relations intergénérationnelles, au bénéfice de toutes les générations et des différents environnements dans lesquels elles évoluent. Elle repose sur une conviction simple : les liens entre les générations peuvent contribuer à réduire la solitude et l'isolement social, à renforcer la participation sociale, à diminuer l'âgisme et à créer des milieux de vie plus inclusifs, solidaires et favorables à la santé.

Le présent rapport constitue l'un des principaux jalons de cet Appel à l'action. Il vise à :

- rallier les milieux autour du vieillissement en santé, à travers la dimension intergénérationnelle des interactions sociales;
- identifier des actions qui renforcent les liens intergénérationnels et qui touchent divers déterminants de la santé;
- mobiliser les acteurs intersectoriels de la Montérégie dans la mise en place d'actions intergénérationnelles comme mode de participation sociale des personnes vieillissantes.

Ce rapport ne constitue toutefois pas une fin en soi. Il s'insère dans une démarche plus large d'Appel à l'action qui comprend également les fondements de celui-ci, le portrait du vieillissement de la population en Montérégie sous forme de feuillets, un lancement public rassembleur, ainsi que plusieurs produits complémentaires.

Dans l'objectif d'offrir un rapport qui inspire les milieux, sa rédaction s'appuie sur une vaste consultation auprès d'environ 250 acteurs du territoire et 100 citoyens partenaires afin de documenter les initiatives intergénérationnelles connues ou imaginées, ici ou à l'étranger. Cette consultation a permis de faire germer les premières réflexions des milieux autour des relations entre les générations.

La sélection des activités s'appuie quant à elle sur des critères d'impact populationnel issus d'une revue de littérature ainsi que sur des échanges menés avec les 17 membres d'un comité représentatif des différents milieux visés en Montérégie. Les activités présentées se distinguent par leur potentiel à favoriser les contacts entre générations, leur caractère stimulant et inspirant, ainsi que leur faisabilité. Elles sont issues de la Montérégie ou d'ailleurs et visent à illustrer la variété des approches possibles, peu importe le milieu où elles prennent forme.

Les activités présentées dans les sections « Un exemple de cette initiative » ont fait l'objet de rencontres avec les porteurs et de recherche documentaire afin de présenter les grandes lignes de ces initiatives inspirantes. Les échanges ont été généreux et passionnés autour des démarches réalisées.

Dans le cadre des consultations auprès des milieux partenaires et du comité aviseur, différents besoins et produits complémentaires pour y répondre ont également été identifiés. Ces derniers, dont la parution s'étalera sur plusieurs mois, prendront différentes formes selon les besoins et les publics visés. Ils permettront d'approfondir certains angles du rapport, de faire connaître d'autres exemples ou outils, de soutenir la réflexion ou l'action dans les milieux et de maintenir la mobilisation au fil du temps.

PUBLIC CIBLE

Ce rapport s'adresse aux personnes et aux organisations qui souhaitent mieux comprendre le potentiel des liens intergénérationnels et repérer des pistes d'action adaptées à leur réalité. À sa lecture, nous vous invitons à vous demander : dans mon milieu, quelles occasions existent déjà pour favoriser les rencontres signifiantes entre les générations? Quelles conditions pourraient être mises en place pour les renforcer? Quelles collaborations pourraient être développées pour aller plus loin?

L'objectif n'est pas de proposer un modèle unique, mais plutôt d'inspirer l'action. Les exemples présentés visent à nourrir la réflexion, à susciter des échanges et à encourager chaque milieu à reconnaître les possibilités qui lui sont propres. Les relations intergénérationnelles peuvent prendre racine dans des gestes simples, des projets structurés ou des collaborations plus larges. Ce rapport invite le lecteur à s'approprier les constats et les exemples proposés, puis à envisager comment ceux-ci peuvent être adaptés, transformés ou déployés dans son propre contexte.

Les sept milieux qui seront abordés sont les suivants :

- Éducatif
- Travail
- Habitation
- Sport, loisir et culture
- Communautaire
- Municipal
- Santé et services sociaux

Dans les prochaines pages, vous trouverez :

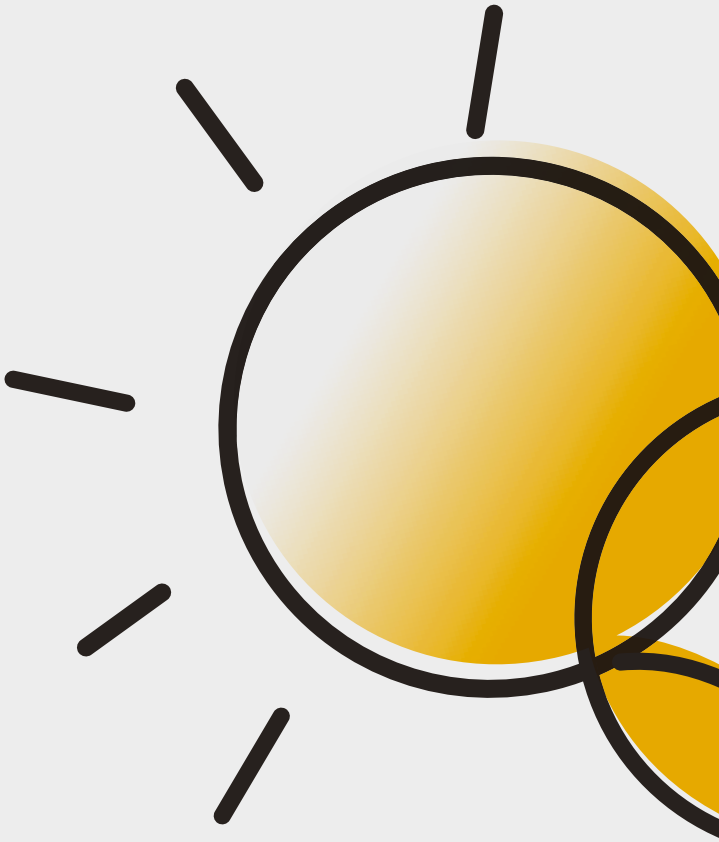
- Des informations sur les relations intergénérationnelles dans sept milieux
- Un exemple d'activité intergénérationnelle inspirante détaillé pour chacun des milieux
- Des bénéfices, des facteurs facilitants et des freins pouvant se présenter à différentes étapes de planification et de mise en œuvre des activités intergénérationnelles

NOTE AU LECTEUR

Il importe de garder à l'esprit que les milieux présentés ne constituent pas des catégories étanches. Dans la réalité, ils se chevauchent fréquemment et se trouvent souvent à l'intersection d'autres environnements de vie, ce qui enrichit les possibilités d'interactions entre les générations. À titre d'exemple, un projet de jardin peut être associé à plusieurs milieux à la fois, tels que dans les milieux éducatif, municipal et de l'habitation. De même, l'ensemble des milieux accueillent des travailleurs, plusieurs reçoivent des stagiaires ou des bénévoles, et certains combinent plusieurs fonctions, par exemple l'habitation, les soins ou les loisirs.

Nous vous invitons donc à explorer les exemples proposés avec ouverture. La plupart des possibilités d'interaction intergénérationnelle présentées dans une section peuvent également être adaptées et déployées dans d'autres contextes. Ce qui se retrouve dans les autres milieux pourrait donc être tout aussi inspirant pour le vôtre.

Par ailleurs, les bénéfices liés aux activités n'ont pas été répétés d'une section à l'autre afin d'alléger la présentation. Plusieurs d'entre eux peuvent néanmoins s'appliquer à différents milieux et à diverses formes d'activités intergénérationnelles.



MILIEU ÉDUCATIF

Le milieu éducatif inclut ici : les services de garde éducatifs à l'enfance (SGÉE), les écoles primaires et secondaires, les centres de formation aux adultes et formation professionnelle, les cégeps et les universités.

Plusieurs initiatives structurantes dans la région créent déjà un environnement propice aux actions intergénérationnelles dans le milieu éducatif.

Depuis 2024, l'approche « UnisVers » accompagne les SGÉE afin de favoriser le développement global des tout-petits, notamment de leurs compétences sociales et affectives.

Dans les écoles primaires et secondaires, les réseaux de l'éducation et de la santé et des services sociaux travaillent en complémentarité depuis plus de 20 ans avec l'approche « École en santé ». Cela permet d'agir sur la santé, le bien-être et la réussite éducative des élèves.

Depuis peu, une offre de services se concrétise également pour soutenir les milieux postsecondaires, notamment grâce au projet « Épanouir ». Ce projet vise à favoriser le bien-être et le développement d'une santé mentale positive.

Ces actions, portées à la fois par les milieux éducatifs et la santé publique, constituent un terreau fertile pour faire émerger des initiatives intergénérationnelles.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU ÉDUCATIF

Les activités intergénérationnelles en milieu éducatif créent des occasions concrètes d'apprentissage par l'expérience, favorisent l'ouverture à l'autre et la connaissance de soi, développent l'empathie et le respect pour les autres générations et contribuent à réduire l'âgisme. Elles renforcent aussi le sentiment d'appartenance et les compétences sociales des enfants et des étudiants tout en procurant aux personnes aînées un fort sentiment d'utilité, de valorisation et d'engagement.

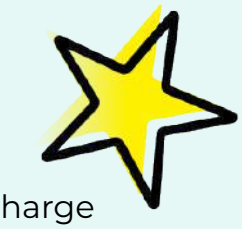
Les activités intergénérationnelles font rayonner les milieux éducatifs, les connectent à leur communauté, permettent de répondre à une variété d'objectifs pédagogiques et de faire vivre leurs valeurs.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU ÉDUCATIF

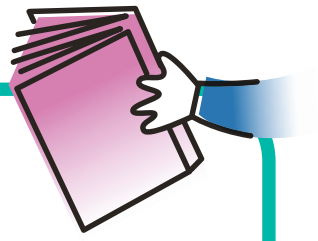
La mise en place de telles activités comporte toutefois certains défis, notamment en ce qui concerne la logistique, les inquiétudes de surcharge du personnel et la sécurité. Ces défis peuvent être relevés grâce à des partenariats solides, une répartition équitable des rôles et un arrimage clair avec les programmes éducatifs (faire différemment sans faire « plus »).

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES EN MILIEU ÉDUCATIF

Le milieu éducatif accueille déjà une diversité d'activités qui favorisent la rencontre entre les générations. Pensons aux **trottibus** qui permettent aux enfants de se rendre à l'école à pied en toute sécurité, à l'**aide aux devoirs** ou encore aux visites auprès des personnes aînées dans leur milieu de vie. Ces actions créent des espaces de rencontre, de partage, d'entraide et d'enrichissement mutuel. Ces milieux d'apprentissage sont aussi des milieux de travail pour certains ou même d'habitation pour d'autres (ex. : cohabitation entre un étudiant postsecondaire et une personne aînée).
Ils offrent un potentiel unique de tisser des liens durables entre les générations.



Miser sur l'intergénérationnel en milieu éducatif contribue activement à former des citoyens ouverts, solidaires et engagés.



UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LA LECTURE RÉALISÉE PAR UN ADULTE À DES ENFANTS

Les activités qui ont pour objet la lecture entre générations ont de nombreux bienfaits reconnus. Pour les enfants, elles contribuent au développement de l'intérêt et des compétences en lecture. De plus, elles influencent l'acquisition de compétences sociales, de connaissances, de la créativité et de l'autonomie(7), des éléments essentiels à la réussite éducative.

Les bénévoles en retirent aussi des bénéfices comme un sentiment de camaraderie entre eux, de relation authentique avec les enfants et de relations durables avec le personnel éducatif. Sur le plan de la santé, cette activité stimule le cerveau et aide à prévenir ou retarder l'apparition de problèmes cognitifs, comme la maladie d'Alzheimer par exemple.

> *« On tisse de solides liens avec les autres bénévoles et dans certains cas, ils deviennent des ami(e)s. [...] J'ai l'impression que ça garde le cœur jeune, en tout cas, c'est comme ça que je me sens. [...] Quand je cherche des livres à lire à la bibliothèque, j'ai l'impression que je suis comme un enfant dans un magasin de bonbons. Quand j'ai de nouveaux livres qui m'emballent, j'ai trop hâte de partager ces nouvelles histoires avec les petits. Les enfants nous le rendent tellement. Il y a des petits colleux, des petits curieux, des petits excités, des petits timides mais tous, sans exception, ont bien hâte de nous revoir semaine après semaine. »*
>
> **Mamou Rachel**, bénévole à Saint-Jean-sur-Richelieu

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : PROGRAMME LIRE ET FAIRE LIRE

Ce programme est offert partout au Québec depuis 2002. Sa mission est de favoriser la réussite éducative des enfants et l'engagement social des personnes de 50 ans et plus. Des bénévoles partagent le plaisir de lire avec des enfants, créant ainsi des liens significatifs entre les générations tout en gardant le livre et le plaisir de lire présents dans leur vie.

LE PROGRAMME EN QUELQUES CHIFFRES

- **50 ans et + : âge des bénévoles**
- **2 à 12 ans : âge des enfants**
- **Maximum 4 enfants par groupe**
- **6 à 8 semaines d'activités par session**
- **À l'échelle du Québec, en 2025, en considérant l'ensemble des activités offertes par le programme, cela totalise : 9 000 enfants, 850 bénévoles, 30 000 heures de lecture**
- **Pour la Montérégie, cela totalise pour cette même période : 1 000 enfants, 185 bénévoles, 6 500 heures de lecture**

La coordination de ce programme est structurée de façon provinciale par l'organisme Lire et faire lire. Elle s'articule à travers des unités de coordination locale (antennes locales). La Montérégie se démarque par son grand nombre d'unités de coordination puisqu'on en compte **19 réparties sur l'ensemble du territoire**. Elles ont pour rôle de recruter, soutenir et assurer la gestion des bénévoles tout en coordonnant leurs disponibilités avec les milieux participants. Ces antennes sont généralement des bibliothèques ou des maisons de la famille qui offrent l'activité dans leurs murs ou ailleurs, notamment dans les camps de jour, les milieux de garde et les écoles.

DES DÉFIS DU PROGRAMME LIRE ET FAIRE LIRE

Le développement du programme Lire et faire lire se heurte à certains défis. À l'échelle nationale, la capacité d'accompagnement des antennes locales demeure limitée en raison du nombre restreint de ressources humaines. Cela augmente le risque d'essoufflement des structures de coordination locale. Une nouvelle ressource a été embauchée récemment pour offrir davantage de soutien aux antennes actuelles et futures.

Sur le terrain, le recrutement de bénévoles demeure un enjeu important : sans eux, les activités ne peuvent avoir lieu. Il arrive également que des bénévoles s'absentent. Bien que l'activité soit maintenue grâce à la coordination des remplacements, l'arrivée d'une nouvelle personne bénévole peut demander un temps d'adaptation aux enfants.

Les milieux éducatifs font aussi face à des contraintes d'espace et d'organisation. Le manque de locaux adaptés et la complexité des horaires exigent parfois créativité et flexibilité pour maintenir les activités. Cette réalité est particulièrement présente dans les écoles. L'utilisation des vestiaires constitue notamment une façon de répondre aux besoins d'espace.

Malgré ces enjeux, des solutions sont mises en œuvre pour soutenir la pérennité de l'initiative et de ses retombées. Parmi elles, une meilleure visibilité de l'initiative pourrait contribuer à attirer de nouveaux bénévoles.

DES BÉNÉFICES DU PROGRAMME LIRE ET FAIRE LIRE

Les bénéfices sont différents selon le type de milieu qui coordonne ou accueille l'initiative. Pour les bibliothèques qui sont des antennes de coordination, le programme Lire et faire lire est une façon de sortir la bibliothèque de ses murs et de renforcer son accessibilité. Il s'agit aussi d'une façon d'attirer de nouveaux lecteurs et d'augmenter l'achalandage et l'utilisation des bibliothèques. L'activité s'intègre parfaitement à la mission de ces établissements et permet de partager le plaisir de lire.

Pour les maisons de la famille, cette initiative contribue à la réalisation de leur mission de développement de la connaissance de soi et de l'autonomie des enfants en plus de promouvoir l'engagement social des personnes aînées, parties prenantes de la famille.

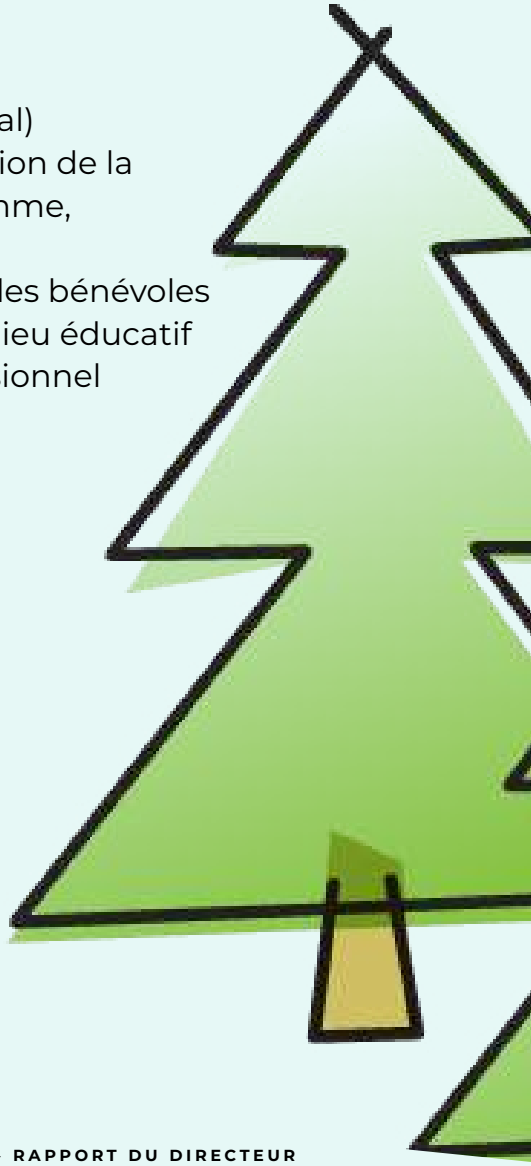
Pour les milieux qui accueillent les bénévoles auprès des enfants qui les fréquentent, comme les SGÉE et les écoles, les bénéfices sont ailleurs, mais aussi importants. Pour l'ensemble d'entre eux, le fait que la coordination soit assurée par un partenaire est facilitante.

En dehors de favoriser la réussite en lecture, le programme Lire et faire lire renforce l'atteinte d'autres objectifs pédagogiques. En effet, l'activité permet de développer des compétences sociales grâce à la relation qui se tisse avec la personne bénévole. De plus, les lectures ciblées ont le potentiel de toucher un large éventail de connaissances, allant de l'apprentissage des émotions en passant par la science et plus encore. L'activité contribue aussi au bien-être et à la motivation à fréquenter le milieu. Certains centres de la petite enfance (CPE) remarquent notamment un nombre accru de présence le vendredi, lorsque l'activité a lieu. Cela témoigne de l'intérêt de leur clientèle pour l'activité.

Pour devenir une antenne ou accueillir des bénévoles dans votre établissement → Démarrer le programme - Lire et faire lire

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- Une coordination à deux échelles :
  - locale (soutien et recrutement des bénévoles, relations avec les milieux éducatifs, déploiement local)
  - nationale (soutien aux antennes locales, uniformisation de la formation, développement et expansion du programme, recherche de financement et évaluation)
- Des formations obligatoires et complémentaires pour les bénévoles
- Des partenariats solides entre l'antenne locale et le milieu éducatif
- L'engagement fort d'un coordonnateur et d'un professionnel mobilisé du domaine éducatif
- Un noyau de bénévoles engagés, fidèles et passionnés



QUAND LA RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE CONTRIBUE À PRÉVENIR « LA GLISSADE DE L'ÉTÉ »

Les études démontrent que pendant l'été, certains enfants en situation de vulnérabilité vont perdre jusqu'à 40 % des acquis réalisés pendant l'année scolaire, faute de stimulation. Ces retards sont difficiles à rattraper à la rentrée et ont des conséquences à long terme sur le parcours scolaire. C'est ce qui est appelé « la glissade de l'été ».

UN PROJET DANS LES CAMPS

Dans plusieurs régions, le projet **Lit de camp** est offert dans les camps de jour qui en font la demande. Ce projet propose des trousses qui contiennent des livres, des jeux et des fiches d'activités clés en main pour faire la promotion des activités littéraires et augmenter l'accessibilité à la lecture dans un contexte amusant pour les jeunes de 5 à 12 ans durant la période estivale. Ces activités sont animées par les animateurs de camp, au même titre que les autres activités.

UN ARRIMAGE GAGNANT ENTRE LIT DE CAMP ET LIRE ET FAIRE LIRE

En Outaouais, à l'été 2025, un projet pilote « Animation Lit de camp » a vu le jour afin d'intégrer des bénévoles lecteurs de 50 ans et plus dans les camps de jour. L'expérience, qui ajoute la dimension intergénérationnelle, a été positive et sera répétée. D'autres régions souhaitent emboîter le pas et déployer sur leur territoire ce projet qui a connu un succès.

MESSAGE À RETENIR

Les milieux éducatifs jouent un rôle déterminant dans la façon dont les générations apprennent à se connaître, à se comprendre et à vivre ensemble. Ils dépassent l'unique transmission des connaissances : ils façonnent aussi les rapports sociaux et les valeurs qui guideront les citoyens de demain.

MILIEU DU TRAVAIL

Cette section s'adresse à toute organisation qui embauche du personnel : entreprises de toutes tailles, organismes, municipalités, écoles, milieux de garde, milieux d'hébergement, etc.

L'intergénérationnel en milieu de travail représente aujourd'hui un atout important pour les organisations. Dans un contexte où des travailleurs de plusieurs groupes d'âge se côtoient, les milieux de travail ont l'occasion de tirer profit de la diversité des expériences, des parcours et des compétences.

Les relations intergénérationnelles sont parfois entourées d'idées préconçues qui méritent d'être remises en question. En effet, contrairement à une perception répandue selon laquelle il y a des différences entre les valeurs et la relation des individus avec le travail, les recherches suggèrent plutôt que ces différences entre les générations sont souvent moins importantes qu'on ne le croit. Les façons de travailler, les attentes ou les priorités sont davantage influencées par le parcours de vie, l'expérience professionnelle, les responsabilités personnelles, le stade de carrière ou le contexte de travail que par l'appartenance à une génération donnée.(9)

Le taux d'emploi chez les personnes de 65 à 74 ans en Montérégie est en hausse : il est passé de 15 % à 20,5 % entre 2021 et 2025. Cela signifie qu'une personne sur cinq de ce groupe d'âge occupe un emploi rémunéré. Une enquête de Statistique Canada(8) indique que la moitié de ceux qui restent sur le marché du travail le font par besoin d'argent. L'autre moitié est motivée par une volonté de continuer à apprendre, à se sentir utile et à entretenir des liens sociaux.

Les travailleurs, peu importe leur âge, partagent souvent des aspirations semblables, notamment le désir d'être respectés, reconnus et de contribuer à un travail porteur de sens.

Ainsi, les défis observés dans certains milieux s'expliquent plus souvent par des perceptions, des préjugés ou des stéréotypes liés à l'âge que par de réelles différences entre les générations. Ces préjugés relèvent de l'âgisme lorsqu'ils attribuent des capacités, des intentions ou des comportements à une personne en fonction de son âge plutôt qu'en fonction de sa réalité. Ils peuvent viser autant les jeunes travailleurs que les travailleurs expérimentés. Favoriser les échanges et la collaboration entre personnes ayant des expériences différentes constitue une façon concrète de mieux se comprendre et de mettre en valeur les forces de chacun.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DU TRAVAIL

Le rapprochement entre les générations est un moyen efficace de reconnaître et de valoriser les connaissances, les compétences et la contribution de chacun au sein d'une équipe de travail. En créant des occasions de collaboration entre des personnes à différentes étapes de leur parcours professionnel, les organisations stimulent l'innovation, favorisent le développement des talents et soutiennent la continuité par le transfert des connaissances.

Ces échanges contribuent également à la rétention des travailleurs expérimentés et à la préparation de la relève. Les milieux de travail qui encouragent les interactions entre les générations font un choix stratégique. Ils investissent dans leur capital humain, c'est-à-dire dans les compétences, l'expérience et le potentiel de leur personnel.

Pour les individus, au-delà de sa contribution économique, le travail peut également favoriser le vieillissement en santé. Il offre des occasions de maintenir des relations sociales, de relever des défis, d'apprendre de nouvelles choses, de mettre à profit ses compétences et de contribuer à un projet collectif. Pour plusieurs personnes, il constitue un milieu où elles peuvent préserver un sentiment d'utilité et continuer à participer activement à la société.

Ce n'est pas tant la coexistence de générations différentes qui pose défi, mais les perceptions et les barrières qui limitent les occasions de dialogue et d'apprentissage mutuel.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DU TRAVAIL

La diversité des âges au sein d'une équipe ne garantit pas à elle seule que les échanges entre les travailleurs vont diminuer les idées préconçues basées sur l'âge ainsi que leurs conséquences (ex. : isolement). Pour les organisations, le défi consiste souvent à créer des occasions de collaboration significatives entre les personnes de différents âges plutôt que de se limiter à les réunir. En l'absence de ces collaborations, la circulation des savoirs, la transmission de l'expertise et la cohésion des équipes peuvent être compromises.

Dans certaines organisations, les occasions de collaboration, de mentorat ou de partage des connaissances demeurent limitées. Des groupes de travailleurs peuvent parfois évoluer en parallèle selon leur ancienneté, leur fonction ou leur expérience, ce qui réduit les occasions d'apprentissage mutuel et de reconnaissance des compétences de chacun.

Pour relever ces défis, les milieux peuvent se référer à ces facteurs favorables reconnus :

- une direction qui valorise l'inclusion, l'équité et la collaboration entre les travailleurs de tous âges;
- des pratiques de gestion qui intègrent de façon régulière des activités pour favoriser la communication et la mixité générationnelle (ex. : projets collaboratifs, jumelages);
- la reconnaissance et la valorisation de différentes formes de savoirs, d'expériences et de compétences;
- une flexibilité permettant de tenir compte des réalités et des besoins variés des travailleurs (ex. : horaire adapté, aménagement du travail).

DES EXEMPLES D'INITIATIVES QUI SOUTIENNENT LA COEXISTENCE DES GÉNÉRATIONS EN MILIEU DE TRAVAIL

Afin de favoriser la collaboration entre les travailleurs de différents âges et niveaux d'expérience, certaines organisations offrent des **formations** visant à sensibiliser les patrons aux préjugés liés à l'âge et à promouvoir des pratiques inclusives de gestion. D'autres mettent en place des mesures **favorisant l'embauche, le maintien ou le retour en emploi de personnes d'expérience**, contribuant ainsi à la diversité des profils au sein des équipes. Aussi, des activités de cohésion d'équipe ou des groupes de **codéveloppement** formés de participants de niveaux d'expérience différents peuvent être mis sur pied pour valoriser et mettre en lumière les forces de chacun dans un travail d'équipe.

UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LE MENTORAT EN MILIEU DE TRAVAIL

Le mentorat est une relation d'accompagnement dans laquelle une personne d'expérience (le mentor) soutient une autre personne (le mentoré) dans le développement des compétences ou des habiletés personnelles et professionnelles qu'elle souhaite améliorer.

Le mentoré demeure au centre de la démarche : c'est lui qui réfléchit à ses défis, pose des questions et met en œuvre les actions nécessaires à son développement. De son côté, le mentor accompagne la réflexion, partage son expérience et pose des questions qui aident le mentoré à progresser. Il ne donne pas de solutions toutes faites, mais aide le mentoré à trouver ses propres réponses, à son propre rythme.

> « *Le principal avantage c'est de briser l'isolement d'une part, mais il y en a un deuxième aussi qui est très important et c'est de se sortir de sa tête. Souvent quand on est en affaires on est toujours dans notre tête et notre réseau immédiat ne fait office que de simple miroir qui reflète ce qu'il y a dans notre tête. Avec un mentor on arrive vraiment à aller chercher des choses insoupçonnées et des solutions parfois très surprenantes.* »
>
> **Mentor**, Réseau mentorat(10)

La relation humaine fait partie intégrante de la définition du mentorat. En effet, une des conditions gagnantes du mentorat, qu'il soit obligatoire ou volontaire, est la qualité du jumelage entre la personne mentorée et le mentor.

Deux modalités de jumelage sont possibles. Une première modalité implique un jumelage réalisé avec l'intervention de coordonnateurs de programme de mentorat. Ce jumelage est basé sur des critères préétablis en fonction de la culture de l'organisation. Une autre modalité consiste plutôt en un jumelage autonome, où le mentor est « choisi » par le mentoré. Dans un modèle comme dans l'autre, le mentor représente quelqu'un d'inspirant, avec qui le mentoré peut établir une relation de confiance et se sentir en sécurité.

Le mentor n'est pas forcément plus âgé que le mentoré, mais il a plus d'expérience dans ce que le mentoré souhaite développer. Ainsi, une personne plus âgée pourrait bénéficier d'un mentorat offert par une personne plus jeune. Le mentorat met de l'avant les retombées bénéfiques des relations intergénérationnelles. Il favorise à la fois l'apprentissage mutuel et la contribution de chacun en fonction notamment de ses forces et de son expérience.

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : LES PROGRAMMES DE MENTORAT EN MILIEU DE TRAVAIL

Plusieurs organisations offrent des programmes de mentorat. Parmi celles-ci, nous retrouvons certains établissements de Santé Québec, comme Santé Québec Montérégie-Centre, qui offre un programme de **mentorat** à certaines catégories d'emploi, dont les organisateurs communautaires, les nutritionnistes et les agents de relations humaines. Depuis quelques années, les centres de services scolaires ont aussi mis sur pied des structures de mentorat pour les nouveaux enseignants.

Un autre exemple intéressant est celui des entrepreneurs du Haut-Richelieu qui bénéficient d'un programme de mentorat chapeauté par le **Centre d'aide aux entrepreneurs de la Haute-Montérégie (CAE Haute-Montérégie)** depuis une vingtaine d'années. Financé notamment par Développement économique Canada, le CAE Haute-Montérégie s'occupe du jumelage entre 22 mentors et une trentaine de mentorés. Les rencontres en duo se font à raison de 90 minutes tous les mois. Les mentors sont bénévoles et proviennent de différents domaines : droit, éducation, économie, commerce de détail, etc. Des formations obligatoires puis de la formation continue sont offertes gratuitement pour ces derniers.

DES DÉFIS DES PROGRAMMES DE MENTORAT

Des défis sont parfois présents dans la relation de mentorat. La transparence et l'assiduité sont requises de la part du mentoré pour être bien accompagné. Pour le mentor, l'humilité de reconnaître l'atteinte de ses capacités à faire progresser l'autre requiert une grande connaissance de soi.

D'autres enjeux peuvent également émerger, comme des attentes mal définies, un manque de disponibilité de l'une ou l'autre des parties, des questionnements liés à la confidentialité des échanges ou encore une dépendance excessive du mentoré à l'égard du mentor. C'est pourquoi l'établissement de règles claires, d'attentes partagées et de limites bien définies dès le début de la relation est recommandé.(11)

DES BÉNÉFICES DES PROGRAMMES DE MENTORAT

Des bénéfices sont ressentis par les deux membres du duo, au-delà de l'apprentissage réciproque.

En plus de permettre au mentor de transmettre son expérience et ses connaissances, cette relation favorise le développement de compétences en communication, en leadership et en accompagnement. Le mentor est également amené à réfléchir à sa propre pratique, à élargir ses perspectives grâce aux échanges avec le mentoré et à renforcer son sentiment de contribution et d'utilité au sein de sa communauté ou de son organisation.

Pour les mentorés, le mentorat est perçu comme un privilège et fait une différence importante dans leur parcours. Les relations qui se tissent dans un contexte de mentorat perdurent dans certains cas bien au-delà de la relation mentorale. Le mentorat peut également offrir un soutien précieux lors de périodes de transition, stimuler la réflexion, favoriser l'autonomie et renforcer la confiance en soi.

Pour un milieu de travail, faire le choix d'offrir un programme de mentorat, c'est une façon stratégique de favoriser la rétention du personnel, la satisfaction au travail et de préparer la relève. Le bénéfice est aussi économique, car cela réduit le taux de roulement, coûteux pour les organisations qui doivent former de nouveaux employés à la suite des départs.

Pour entendre des mentorés → Bye, la solitude!

DES OUTILS

Pour en savoir plus, le site de Mentorat Québec propose de nombreuses ressources pour les coordonnateurs de programme de mentorat, les mentors et les personnes mentorées. Les membres peuvent participer au Forum de mentorat qui a lieu en janvier chaque année.

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- Un jumelage de qualité basé sur les intérêts, les besoins et la compatibilité des personnes
- L'établissement, dès le départ, d'attentes claires, de rôles définis et de règles de fonctionnement partagées
- Une relation basée sur la confiance, l'écoute et le respect mutuel
- Des formations et du soutien continu pour les mentors

MESSAGE À RETENIR

La présence de travailleurs de différents âges constitue une richesse pour les organisations. Les pratiques de gestion qui favorisent les échanges, la collaboration et l'apprentissage mutuel permettent de transformer cette diversité en force collective. En créant des occasions de rencontres entre les générations, les organisations soutiennent le développement des talents, l'innovation et la préparation de la relève.

MILIEU DE L'HABITATION

Le milieu de l'habitation concerne à la fois les environnements qui proposent de l'habitation (ex. : un quartier) et les espaces physiques pour se loger que nous appellerons ci-après « logement » (ex. : appartement, maison unifamiliale, logement communautaire (ex. : COOP, OSBL), résidence privée pour aînés [RPA], CHLSD, etc.)

Se loger est un défi grandissant dans le contexte actuel de crise de l'habitation. Les effets de cette crise se font sentir tout au long de la vie.(12–14) L'accès à un logement peut aussi devenir plus difficile lors des périodes de transition, notamment pour les personnes aînées, les étudiants et les personnes entrant sur le marché du travail.

Dépendants de revenus fixes qui proviennent des programmes publics comme la Pension de la sécurité de la vieillesse et le Supplément de revenu garanti, de nombreux aînés ont de la difficulté à faire face à l'augmentation du coût de logement. À cette pression financière s'ajoute le risque d'éviction pour rénovation (« rénoviction ») qui entraîne non seulement une perte de logement, mais aussi celle de repères et de liens sociaux.

Pour les étudiants universitaires québécois, le logement représente la principale dépense (28,9 %) et contribue à accroître le recours à l'endettement.(15) Entre rareté des logements abordables et revenus limités, la nécessité de se loger pendant les études amène plusieurs étudiants à devoir composer avec des solutions coûteuses ou éloignées de leur milieu d'études.

En Montérégie, la réalité est frappante : parmi les personnes en situation d'itinérance répertoriées en 2022 qui ont donné leur âge, près du tiers avaient entre 50 et 64 ans, tandis qu'une personne sur 20 était âgée de 65 ans et plus.

À leur entrée sur le marché du travail, plusieurs personnes font face à des loyers élevés, à des revenus encore instables et à des exigences d'accès (ex. : historique de crédit, garanties) qui compliquent le fait d'obtenir un logement. Cette combinaison les oblige souvent à retarder leur autonomie résidentielle ou à accepter des conditions de logement précaires.

Tout comme le revenu et l'éducation, le logement est un déterminant majeur de la santé. Au-delà de l'accès, les conditions de vie qu'il procure sont tout aussi déterminantes. En effet, le stress financier associé à son coût et son entretien, la stabilité résidentielle, la taille du logement, l'environnement immédiat, la salubrité et l'accessibilité physique auront des impacts sur le fonctionnement des individus l'habitant. Ces conditions influencent entre autres l'autonomie et le soutien social de ces derniers. Un logement situé loin des commerces et présentant un environnement hostile aux déplacements en transport actif pourrait limiter l'autonomie. La nécessité de se relocaliser peut entraîner une perte de réseau, ce qui diminue le soutien social.

Aujourd'hui, les milieux de vie sont souvent organisés par groupes d'âge (par exemple, résidences étudiantes et résidences pour aînés) et dans des quartiers résidentiels homogènes dont l'offre de type de logement est peu diversifiée. Bien que cette division réponde à certains besoins, elle limite aussi les occasions de rencontres entre générations dans la vie quotidienne et freine les dynamiques d'entraide. De plus, elle réduit la capacité des personnes à adapter leur logement à leur situation qui varie selon le parcours de vie.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DE L'HABITATION

La cohabitation intergénérationnelle se présente comme une réponse à plusieurs des enjeux actuels de l'habitation. Elle se définit par la cohabitation entre des personnes de générations différentes sous un même toit et favorise la création d'espaces collectifs de vie propices aux échanges, au soutien mutuel et au partage entre habitants.

L'intergénérationnel s'inscrit en cohérence avec la mission de nombreux partenaires du milieu de l'habitation et prend tout son sens dans le contexte actuel, marqué notamment par :

- une volonté croissante de planifier les milieux de vie en tenant compte des besoins des générations actuelles et futures;
- un intérêt grandissant pour les projets favorisant la mixité sociale;
- une prise de conscience de l'importance de l'environnement bâti pour le vieillissement en santé.

Au-delà de la création de logements, la conception de milieux de vie intergénérationnels constitue une façon pour le milieu de l'habitation de répondre aux enjeux démographiques et sociaux actuels. Cette approche permet de développer des projets alignés sur les besoins des citoyens et des municipalités, renforçant ainsi leur pertinence, leur attractivité et leur potentiel de développement à long terme.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DE L'HABITATION

Bien que les approches intergénérationnelles présentent un fort potentiel, leur mise en œuvre comporte certains défis.

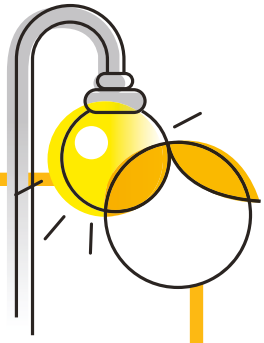
La présence d'objectifs différents entre les groupes d'acteurs impliqués peut parfois représenter un obstacle. Citoyens, promoteurs, organismes, municipalités et autres partenaires ne partagent pas toujours les mêmes priorités.

Le principal défi soulevé dans les démarches de planification demeure l'adhésion des différentes parties prenantes. Pour rallier l'ensemble des acteurs concernés, il est nécessaire d'investir du temps afin de développer une vision commune, d'entendre les préoccupations des différents groupes et de tenir compte de leurs perspectives. L'implication des parties prenantes dès le début des projets constitue une stratégie importante pour relever ce défi et favoriser la réussite des initiatives.

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES EN MILIEU D'HABITATION

L'habitation offre de nombreuses possibilités pour rapprocher les générations, que ce soit à travers le partage d'un même logement, la conception d'espaces communs ou le développement de projets résidentiels favorisant la vie collective. Parmi les initiatives les plus connues figurent :

- la **cohabitation d'étudiants avec des personnes vivant en RPA**
- la cohabitation d'étudiants au domicile d'une personne de 50 ans et plus;
- les maisons bigénérationnelles;
- les projets de cohabitat;
- les projets résidentiels intégrant des espaces communs favorisant les échanges entre générations.



UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LA CONCEPTION DE MILIEUX DE VIE COMPLETS

Les milieux de vie complets reposent sur une vision intégrée de l'aménagement et du développement des communautés. Ils offrent un cadre de vie où il est possible de vivre, étudier, travailler, se déplacer et prendre part à des activités, dans un environnement accessible et sécuritaire. Ils contribuent ainsi au bien-être et à la participation sociale tout au long de la vie.

Cette vision intégrée de l'aménagement tient compte des capacités, des rythmes de vie, des usages (ex. : espaces et services) ainsi que des vulnérabilités spécifiques à une population. Ainsi, il s'agit de penser des quartiers avec des caractéristiques qui regroupent ces éléments, comme des quartiers :

- sécuritaires pour les enfants qui progressent vers l'autonomie (ex. : déplacements actifs vers l'école, rues où les nuisances liées à la circulation sont réduites);
- accueillants pour les adolescents qui se découvrent (ex. : espaces d'expression et de créativité, terrains sportifs);
- adaptés pour les adultes (ex. : proximité des services et du travail, conciliation travail-vie personnelle);
- accessibles et sécuritaires pour les personnes aînées (ex. : trottoirs déglacés, éclairage, bancs, déplacements actifs vers les services).

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : LES VISIONS URBANISTIQUES INCLUSIVES

Le **secteur Hickson-Dupuis**, près du centre-ville de Montréal, reflète une telle vision et vise à transformer un espace historiquement industriel en milieu de vie mixte et durable. Amorcée en 2018, la planification a fait l'objet d'une vaste consultation publique menée en 2021 auprès de plus de 100 citoyens. La vision inclut des actions d'adaptation aux changements climatiques comme la création de parcs et la gestion durable des eaux de pluie.

Sur le plan résidentiel, la construction d'un nombre important de logements est prévue, incluant des logements sociaux. Les principes qui guident cette vision reposent sur la mixité d'usages, la qualité du cadre de vie et un développement durable et innovant, ce qui va de pair avec la conception de milieux de vie complets. Des espaces partagés sont aussi prévus, favorisant la rencontre des résidents de toutes générations.

En milieu rural, la démarche de revitalisation de la **municipalité de Saint-Camille** en Estrie est un exemple inspirant. Celle-ci est issue d'un constat : sans la présence de jeunes familles, l'école disparaîtra; sans logements adaptés, les aînés quitteront le village. La communauté a ainsi développé une série d'actions qui visaient notamment à attirer de nouveaux résidents, à renforcer la vie communautaire et à soutenir la participation citoyenne.

Ces actions ciblent entre autres le développement :

- d'un lieu culturel et communautaire (Le P'tit Bonheur de Saint-Camille);
- de projets résidentiels (Coopératives d'habitation);
- d'un jardin maraîcher dans le cœur villageois.

Ce projet présente plusieurs caractéristiques intéressantes telles que la construction de nouveaux logements privés, la présence de jardins collectifs, et la création de lieux de rencontres et de proximité entre les familles et les personnes aînées.

DES DÉFIS DE LA VISION URBANISTIQUE INCLUSIVE

Le principal défi soulevé concerne l'adhésion des différentes parties prenantes, qu'il s'agisse des citoyens, des promoteurs, des élus, des organismes ou des autres acteurs de la communauté. Les projets fondés sur une vision urbanistique inclusive transforment parfois les façons habituelles de concevoir l'aménagement et peuvent susciter des questionnements ou des préoccupations quant à leur pertinence, leurs coûts ou leurs impacts sur le voisinage.

Pour rallier l'ensemble des acteurs concernés, il est nécessaire d'investir du temps afin de développer une vision commune, d'entendre les préoccupations et de prendre en compte les différentes perspectives. Cela implique également de concilier des intérêts qui peuvent parfois sembler divergents, notamment entre les besoins de logement, les impératifs économiques, la protection de l'environnement, la mobilité et la qualité de vie des résidents.

La mise en œuvre d'une telle vision exige aussi une collaboration soutenue entre plusieurs secteurs et organisations ainsi qu'une planification à long terme. Les bénéfices se déploient souvent progressivement et nécessitent de maintenir l'engagement des partenaires tout au long du projet. Malgré ces défis, les démarches de concertation permettent généralement de construire des projets mieux adaptés aux besoins de la population et plus susceptibles de susciter un sentiment d'appartenance durable.

DES BÉNÉFICES DE LA VISION URBANISTIQUE INCLUSIVE

Au-delà de la création de logements, la conception de milieux de vie complets et inclusifs permet au milieu de l'habitation de contribuer réellement à l'amélioration de la qualité de vie. À l'extérieur du logement, c'est la vie communautaire qui s'anime et prend forme.

Un milieu de vie complet réduit l'impact sur l'environnement puisqu'il est construit autour de moyens favorisant la mobilité durable.

La mixité d'usages constitue une caractéristique importante des milieux de vie complets. Elle contribue à stimuler l'économie locale en créant des emplois et en soutenant l'installation de commerces de proximité. Elle renforce également la résilience des communautés en favorisant l'entraide, l'accès aux services essentiels et l'autonomie locale, ce qui facilite l'adaptation aux crises sociales, sanitaires ou climatiques.

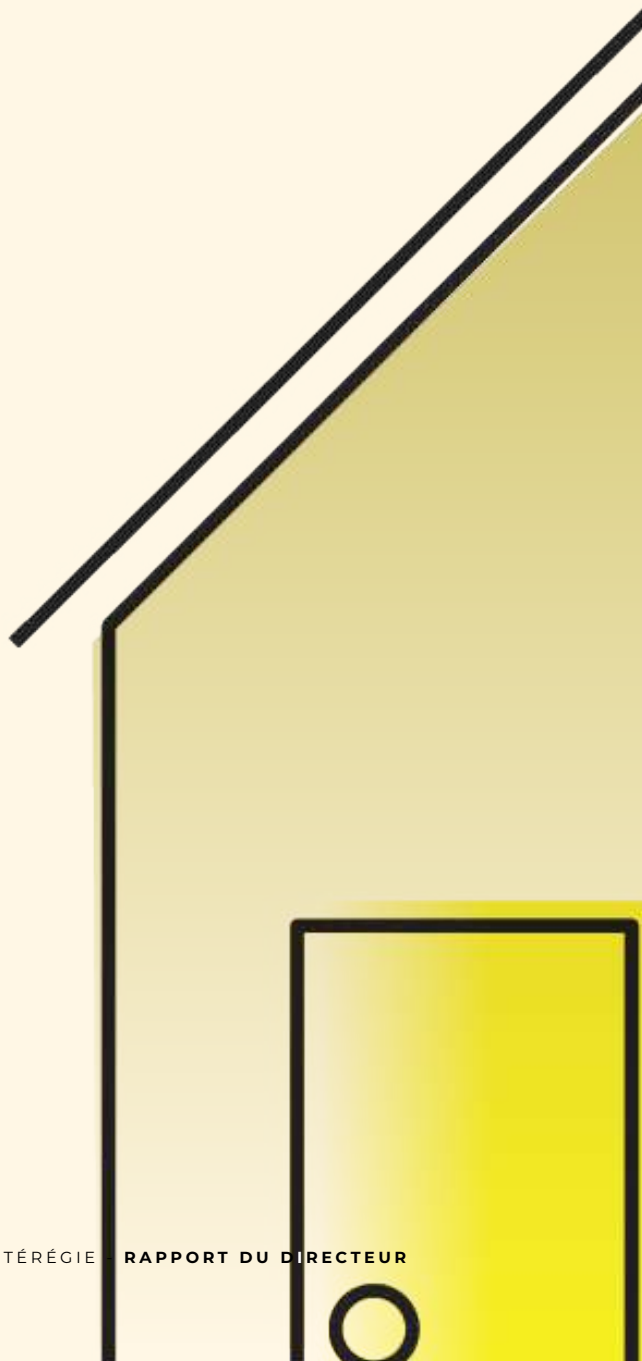
DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- La mixité oriente la planification des choix d'aménagement
- Les espaces communs sont pensés de façon à favoriser la connexion sociale
- La vision du projet est flexible et partagée
- Le milieu municipal agit comme facilitateur
- La proximité des services est prise en considération pour multiplier les occasions d'échanges entre les générations

> « *On savait qu'il fallait voir la qualité de vie avant même les bâtiments. Parce que tu peux mettre un bâtiment le plus beau, mais si tu ne prévois pas qui va y habiter, c'est sûr que les gens ne sortiront pas dehors et vont rester en dedans. Ils ne vivront pas le quartier.* »
>
> **Urbaniste**

MESSAGE À RETENIR

L’habitation joue un rôle qui dépasse le simple fait de se loger. Lorsqu’elle favorise la mixité, les espaces partagés et les rencontres entre générations, elle devient un puissant levier de participation sociale, d’entraide et de vitalité collective.



MILIEU DU SPORT, DU LOISIR ET DE LA CULTURE

Ce milieu regroupe les organisations, les espaces et les activités qui permettent aux personnes de tous âges de pratiquer des activités physiques, récréatives, artistiques ou culturelles et de participer à la vie de leur communauté. Il inclut également les planifications de telles activités.

En offrant des activités accessibles et stimulantes qui favorisent le plaisir, la participation et le bien-être à toutes les étapes de la vie, le milieu du sport, du loisir et de la culture crée un contexte propice pour tisser des liens entre les générations. Il dispose de nombreux atouts pour soutenir le développement d'activités intergénérationnelles. Ses installations, ses programmes, ses événements et ses réseaux de bénévoles offrent des espaces où les personnes de différents groupes d'âge peuvent se réunir et s'amuser autour d'intérêts, de loisirs ou de projets communs.

Grâce aux expériences que ce milieu permet de vivre ensemble, les différences d'âge s'estompent et laissent place à la découverte, à la collaboration et au sentiment d'appartenance.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DU SPORT, DU LOISIR ET DE LA CULTURE

Pour le milieu du sport, du loisir et de la culture, favoriser la participation intergénérationnelle représente une occasion de renforcer son ancrage dans la communauté et de joindre une plus grande diversité de personnes. Ces initiatives permettent d'attirer de nouveaux publics et de favoriser une plus grande participation aux activités offertes. Elles constituent également un contexte propice au partage de connaissances, de savoir-faire et d'expériences, qu'il s'agisse de pratiques sportives, de compétences artistiques ou de traditions culturelles.

En créant des occasions de rencontres significatives, les activités intergénérationnelles stimulent l'engagement des participants, des bénévoles et du personnel. Elles contribuent aussi à développer un sentiment d'appartenance envers l'organisation et ses activités, favorisant ainsi la fidélisation de la clientèle et le maintien de l'implication bénévole. Par leur capacité à rassembler des personnes d'âges différents autour d'intérêts communs, elles enrichissent la vie associative et renforcent le dynamisme du milieu.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DU SPORT, DU LOISIR ET DE LA CULTURE

L'accès au matériel requis pour une activité peut parfois être problématique. Les partenariats avec d'autres milieux s'avèrent riches pour relever ce défi en partageant les ressources matérielles. Certains programmes comme **Circonflexe** visent à faciliter l'accès au matériel et peuvent aussi être des pistes à explorer.

Les horaires peuvent représenter des enjeux auxquels il faut aussi s'attarder pour assurer la présence d'une bonne mixité de personnes. Par exemple, une activité en début de soirée pendant la semaine, durant le jour la fin de semaine ou lors de congés fériés aura plus de chances de joindre un public large.

Finalement, la nécessité d'adapter les activités à des capacités et des intérêts variés peut parfois sembler compliquée. Pour y faire face, certaines organisations privilégieront de former des groupes par niveau d'habiletés (débutant, intermédiaire, avancé). Des outils existent également pour explorer les centres d'intérêt.

Pour des inspirations de centres d'intérêt :

- Questionnaire d'exploration des intérêts
- Questionnaire d'exploration des intérêts (version avec pictogrammes)

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES DANS LE MILIEU DU SPORT, DU LOISIR ET DE LA CULTURE

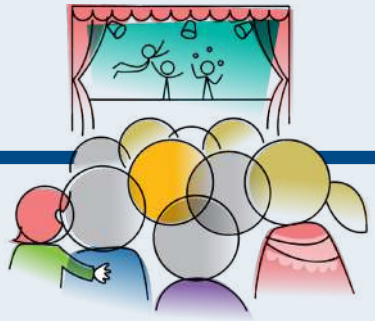
Qu'il s'agisse par exemple du populaire **pickleball**, de clubs de marche ou de ligues de garage, le plaisir de bouger est encore plus grand quand il est partagé avec d'autres. L'activité physique contribue à rapprocher les générations et à renforcer les liens qui les unissent. Elle favorise aussi l'autonomie et la diversification des champs d'intérêt.

Les activités de loisir comme des ateliers de cuisine ou **artistiques** éveillent la créativité et soutiennent l'échange de savoirs entre les générations. La pratique commune d'une activité stimule les discussions entourant le loisir lui-même tout en ouvrant la porte à une connaissance plus profonde de l'autre.

Au plan de la culture, les activités qui s'y rattachent permettent entre autres une ouverture sur le monde et un partage de valeurs. Elles permettent aussi aux plus jeunes de s'inscrire dans une perspective historique comme lors de la visite d'un musée, de la création d'un **documentaire**, ou encore d'un visionnement thématique suivi d'une discussion.

De plus, plusieurs initiatives en sport, loisir et culture permettent de soutenir le développement d'une société inclusive. Voici quelques exemples :

- Projet de **construction d'un voilier** par des jeunes en réinsertion sur le marché du travail et un groupe d'aînés
- Projet de **couture** entre des jeunes de 14 à 24 ans en situation de vulnérabilité et des aînés
- Projet **d'activités sportives et de découverte du territoire** entre de jeunes nouveaux arrivants en francisation et des aînés



UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LES ARTS DE LA SCÈNE

Les arts de la scène offrent un contexte privilégié pour favoriser les liens entre les générations. Qu'il s'agisse de théâtre, d'improvisation, de chant ou d'autres formes d'expression artistique, ces activités invitent les participants à créer, apprendre et collaborer autour d'un objectif commun. La création d'un spectacle mobilise une grande diversité de talents, que ce soit sur scène ou en coulisses, et permet à chacun de contribuer selon ses intérêts et ses capacités. Les répétitions, la préparation des décors, le choix des costumes et les représentations deviennent autant d'occasions de créer des liens significatifs et de développer un sentiment d'appartenance.

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : EXCLAMOTION

Cette initiative trouve son origine dans une rencontre entre une passionnée de longue date du théâtre et un orthopédagogue misant sur la magie du théâtre pour favoriser la réussite éducative des élèves, incluant certains présentant des difficultés ou des troubles d'apprentissage.

De cette rencontre émergent des liens d'amitié, qui deviennent le moteur d'Exclamotion, un théâtre intergénérationnel chapeauté par l'organisme L'Entreclefs et hébergé dans les locaux de la paroisse de Saint-Lambert.

Si l'initiative prend d'abord la forme d'un camp estival pour les jeunes de 10 à 16 ans, l'idée d'inviter les adultes à participer à une première expérience de théâtre intergénérationnel a rapidement germé. C'est ainsi qu'un soir par semaine, à l'automne 2018, bénévoles, metteurs en scène et comédiens de tous âges se réunissent pour répéter et se préparer en vue de représentations devant public.

La passion pour le théâtre et la motivation ont ainsi permis à des jeunes et des adultes de présenter avec succès la pièce originale *Vrai ou Fou* aux membres de leurs familles et amis, ainsi qu'aux personnes aînées de la résidence Les Jardins Intérieurs.

DES BÉNÉFICES DU PROJET DE THÉÂTRE

Par l'apprentissage des textes, l'activité de théâtre est une façon ludique de travailler la compétence en lecture et de stimuler les fonctions cognitives comme la mémoire. Jouer un rôle permet aussi de développer sa confiance en soi, sa connaissance de soi et sa créativité. Rapprocher les générations autour de ce moyen d'expression a un impact positif sur la réduction de l'âgisme et permet d'apprendre les uns des autres de façon à créer un enrichissement mutuel. Au même titre que dans une équipe sportive, un sentiment d'appartenance se développe entre les membres d'une troupe de théâtre.

> « *Ils sont passés de chenille à papillon grâce au théâtre. [...]*
> *C'est une façon d'aller chercher nos petits gênés [...]*
> *Ça leur permettait de faire partie d'une équipe et de briller.* »
>
> **Responsable de l'activité**

DES DÉFIS DU PROJET DE THÉÂTRE

Comme plusieurs initiatives intergénérationnelles, le projet a été confronté à des enjeux de pérennité. Avec le temps, les disponibilités et les priorités des personnes porteuses du projet ont évolué, tandis que les conditions nécessaires à sa réalisation se sont transformées. Au-delà des ressources humaines, certaines ressources matérielles sont aussi devenues moins accessibles. Par exemple, l'église qui accueillait les activités sera prochainement convertie en salle de spectacle.

Cette réalité illustre les défis auxquels font face de nombreux projets intergénérationnels : malgré leurs retombées positives, leur maintien dépend souvent de ressources, de lieux et d'un engagement bénévole qui peuvent fluctuer au fil du temps. Bien que le momentum pour le théâtre Exclamotion soit passé, l'initiative ayant pris fin avec la pandémie, d'autres projets intergénérationnels émergent. L'Entreclefs continue de créer des occasions de rencontres significatives entre les générations et de favoriser l'engagement social et communautaire.

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- Une bonne connaissance des ressources existantes autour de soi
- Un souci de planifier les horaires pour favoriser la participation de tous, par exemple tôt en soirée
- La considération des conditions de déplacement (ex. : hiver) qui peuvent influencer la participation de certaines personnes, notamment parmi les plus âgés
- Une offre destinée aux enfants de 5e année et plus pour s'assurer :
  - D'une certaine maturité
  - D'habileté en lecture suffisante pour lire et comprendre les textes
- L'implication des bénévoles passionnés par l'activité de loisir et compétents
- Une planification rigoureuse des ateliers
- Un climat sécuritaire et non compétitif pour les participants

MESSAGE À RETENIR

Quand les générations jouent, créent, apprennent ou bougent ensemble, elles tissent des liens qui enrichissent à la fois les personnes, les organisations et les communautés. Le sport, le loisir et la culture offrent des occasions naturelles de rapprocher les générations. En misant sur des intérêts et des expériences partagées, ces milieux contribuent à renforcer le sentiment d'appartenance, la participation citoyenne et la vitalité des communautés.

MILIEU COMMUNAUTAIRE

Le milieu communautaire réfère ici à l'ensemble des organismes, regroupements et acteurs issus de la communauté. Les activités initiées par des membres de la communauté font donc également partie de ce milieu.

Le milieu communautaire est très proche de la population et de ses besoins puisqu'il est présent dans son quotidien. Il mise sur la participation des citoyens et sur le travail en collaboration pour trouver des solutions adaptées à leurs besoins. Il s'agit d'une caractéristique précieuse et d'une condition gagnante pour réaliser des projets intergénérationnels avec un grand impact populationnel.

Selon les intervenants communautaires, les activités intergénérationnelles semblent plus souvent portées par des organismes œuvrant auprès des aînés. Pourtant, toutes les générations en bénéficient. Les organisations de tous les horizons gagnent à s'y engager : qu'il s'agisse d'organismes pour les jeunes ou les familles, de groupes de défense de droits ou encore d'organisations mobilisées autour de causes communes comme les changements climatiques ou l'égalité des sexes.

Une dimension importante des actions portées par le milieu communautaire est celle de l'implication bénévole de personnes de tous âges. Au Québec, selon un sondage mené auprès d'environ 8 000 bénévoles, 43 % des répondants sont âgés de 55 ans et plus. En 2025, 2 bénévoles sur 5 s'engagent « par plaisir ou par intérêt pour une activité ou une cause particulière ».

Pour en savoir plus → Portrait des bénévoles et du bénévolat au Québec 2025.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU COMMUNAUTAIRE

Dans le milieu communautaire, les activités intergénérationnelles renforcent la participation citoyenne et l'engagement communautaire en créant des occasions de rencontres et d'implication pour des personnes de tous âges. En stimulant les échanges et les réalisations communes, elles favorisent l'entraide et le développement de réseaux de solidarité. Le partage des expériences, des connaissances et des compétences entre les générations enrichit les activités et les projets. Ces initiatives contribuent également à réduire les préjugés liés à l'âge, à renforcer le sentiment d'appartenance à la communauté et à favoriser une plus grande cohésion sociale. À long terme, elles participent ainsi au développement de communautés plus inclusives, solidaires et résilientes.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU COMMUNAUTAIRE

L'un des principaux enjeux consiste à joindre et mobiliser les personnes les plus vulnérables, notamment les aînés isolés, les jeunes marginalisés, les personnes vivant avec des limitations ou les nouveaux arrivants. Bien que ces groupes puissent tirer d'importants bénéfices des échanges intergénérationnels, ils sont souvent plus difficiles à joindre en raison de barrières sociales, linguistiques, physiques ou liées à l'isolement.

Un autre défi est la coordination des partenariats. Les initiatives intergénérationnelles reposent fréquemment sur la collaboration de plusieurs acteurs, tels que les organismes communautaires, les écoles, les résidences pour aînés, les municipalités ainsi que les établissements de santé et de services sociaux. Harmoniser les attentes, les rôles, les échéanciers et les ressources de ces partenaires demande du temps, des efforts de concertation et une communication continue afin d'assurer la réussite et la pérennité des activités.

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES EN MILIEU COMMUNAUTAIRE

Le milieu communautaire regorge d'initiatives intergénérationnelles qui permettent de répondre à des besoins variés tout en créant des occasions de rencontres entre les générations. Qu'il s'agisse d'activités de cuisine collective, de projets de protection de l'environnement, d'initiatives artistiques ou encore d'entraide de voisinage, ces projets démontrent qu'il est possible de rapprocher les personnes de différents âges autour d'intérêts, de causes ou d'objectifs communs.

Les **Repair cafés**, par exemple, sont des ateliers où des bénévoles aident les citoyens à réparer des objets du quotidien plutôt qu'à les remplacer. Ces activités réunissent souvent des personnes aînées ou retraitées qui mettent leurs compétences techniques et leur savoir-faire au service des plus jeunes générations. Au-delà de la transmission des compétences, ces activités contribuent également à réduire le gaspillage et l'empreinte environnementale en encourageant la réutilisation et la réparation des objets.

En Montérégie, le recrutement des bénévoles est un défi qui touche tous les milieux, notamment en raison du vieillissement de la population bénévole et de la recherche de formes d'engagement plus diversifiées et flexibles. Ainsi, il importe d'offrir des occasions d'implication bénévole variées pour joindre ces intérêts et encourager la participation.

UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LE JARDIN PÉDAGOGIQUE INTERGÉNÉRATIONNEL

D'autres exemples ayant un impact positif sur l'environnement sont les jardins communautaires, collectifs et bacs de culture, qui prennent vie dans tous les milieux : sur le terrain d'une école ou d'un milieu de garde, dans la ville, dans la cour d'un centre d'hébergement, au travail, etc. Ce sont des projets qui favorisent les rencontres, contribuent à la saine alimentation et à la santé mentale positive tout en permettant de développer ou de maintenir certaines habiletés motrices.

Un jardin pédagogique va au-delà de la culture de végétaux. Il s'agit d'un espace animé où se rencontrent des personnes de tous âges, pour cultiver, cuisiner, apprendre, transmettre, partager et raconter. C'est un lieu où petits, moyens et grands voient grandir les liens, connaissances, habiletés et compétences au rythme des cultures.

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : Ô JARDIN DES ANCÊTRES

Situé au cœur du village de Notre-Dame-de-Stanbridge, proche de l'école primaire de cette municipalité de près de 700 habitants, le projet pédagogique et intergénérationnel « Ô Jardin des ancêtres » a pour objectif d'offrir un espace éducatif vivant et de favoriser les saines habitudes de vie. Ateliers horticoles, culinaires et éducatifs y sont offerts.

> « *On rassemble les gens avec la bouffe.* »
>
> **Carole, coresponsable du projet**

Il prend naissance dans le plan d'action Municipalité Amie des Aînés (MADA) qui permet au projet d'avoir accès à du financement et de se déployer. Par la suite, une démarche de Communauté nourricière assure son élargissement et sa consolidation.

L'implication d'une conseillère municipale qui siège au sein de plusieurs instances (ex. : conseil d'établissement scolaire, organisme à but non lucratif, table communautaire) permet d'encourager la participation d'une diversité de partenaires :

- La municipalité
- L'école
- Le comité de développement stanbridgeois
- Les agriculteurs locaux
- Une fondation privée (via la table en sécurité alimentaire de la MRC Brome-Missisquoi)
- Et le gouvernement du Canada (à travers le programme Nouveaux Horizons pour les aînés et Emploi Été Canada)

Grâce aux subventions reçues de trois paliers gouvernementaux (municipal, régional, fédéral), avec le soutien d'une institution financière, au terrain prêté par l'église et à l'implication d'une trentaine de bénévoles, l'activité a pu être débutée en 2020. Les ateliers gratuits ou à faible coût et la localisation dans le cœur villageois favorisent l'accessibilité et la participation.

Les activités ont lieu toute l'année et permettent à petits et grands de découvrir ensemble tout ce qui entoure le thème du jardin. Des conférences-dégustations sont offertes toutes les deux semaines pendant l'été et des ateliers scolaires d'horticulture et de cuisine sont offerts entre mars et juin à raison d'un minimum de cinq ateliers par classe. Une douzaine de bénévoles aînés animent des ateliers de semis, de boutures, de plantation au jardin, de cueillette et de transformation culinaire auprès des élèves.

DES DÉFIS DU PROJET DE JARDIN PÉDAGOGIQUE INTERGÉNÉRATIONNEL

Un des défis vécus par les responsables du projet a été la mobilisation du milieu scolaire puisque certains acteurs craignaient qu'une participation au projet entraîne une charge de travail supplémentaire. La mise en place d'un partenariat fondé sur la collaboration et le partage des responsabilités a permis de surmonter cet enjeu.

Le maintien de la mobilisation représente également un défi constant. Faire vivre un projet demande de renouveler les idées d'animation, d'entretenir l'intérêt des participants et de continuer à recruter des bénévoles et des partenaires pour assurer la relève.

DES BÉNÉFICES DU PROJET DE JARDIN PÉDAGOGIQUE

Le projet « Ô Jardin des ancêtres » génère des retombées positives tant pour les participants que pour les milieux.

Pour les personnes aînées impliquées, il constitue une occasion de mettre leurs connaissances et leur expérience au service des plus jeunes, ce qui contribue à leur valorisation et à leur estime de soi. Pour les jeunes, le projet offre des occasions concrètes d'acquérir de nouvelles connaissances et de développer leur confiance en eux. Pour tous les participants, les activités favorisent également le maintien d'un mode de vie actif et stimulent le développement ou le maintien d'aptitudes telles que la persévérance, la patience, la curiosité et l'intérêt pour l'apprentissage. Les retombées s'étendent également à l'ensemble de la communauté. Le jardin devient un lieu de rencontres, d'entraide et de partage qui renforce le sentiment d'appartenance et la fierté des personnes qui y participent. Il enrichit le parcours éducatif des élèves grâce à des expériences pratiques en horticulture, en alimentation et en environnement. En contribuant à la biodiversité et à la sensibilisation aux enjeux environnementaux, il favorise aussi l'adoption d'habitudes respectueuses de l'environnement. Enfin, le projet participe au dynamisme du milieu et constitue un facteur d'attraction pour de nouveaux enseignants et résidents.

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- La disponibilité et la mobilisation autour des premières étapes du projet
- Une démarche évolutive, amorcée par des petits pas
- La proximité géographique du milieu éducatif
- L'ancrage dans une politique publique structurante
- L'appui de la municipalité
- La constance de l'horaire (ex. : activité du dimanche amène un rituel)
- Un processus de cocréation impliquant une grande ouverture et l'écoute des besoins
- Une coordination qui repose sur plusieurs personnes
- Le leadership porté par un organisme à but non lucratif

MESSAGE À RETENIR

Les initiatives intergénérationnelles en milieu communautaire démontrent que les solutions les plus porteuses naissent souvent de la mobilisation du milieu. Lorsque les générations s'engagent ensemble, elles créent des réseaux d'entraide et de partage qui profitent à l'ensemble de la communauté.

MILIEU MUNICIPAL

Ce milieu regroupe les municipalités, les municipalités régionales de comté (MRC), les élus et les différents services municipaux (urbanisme, loisir, culture, transport, sécurité publique, etc.) qui planifient, aménagent et animent les milieux de vie au bénéfice de la population.

Le milieu municipal dispose de leviers puissants pour favoriser le rapprochement entre les générations et assurer la vitalité de son territoire. Par ses services, ses aménagements et ses politiques publiques, il contribue à créer des milieux de vie propices aux interactions sociales, à la participation citoyenne et au bien-être de la population.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU MUNICIPAL

La cohésion sociale est un facteur déterminant de la santé et du bien-être des citoyens. Les liens intergénérationnels y contribuent en favorisant la compréhension mutuelle, l'entraide et la solidarité entre les générations. Ces liens renforcent aussi la résilience collective et la capacité d'adaptation de la communauté. Cette capacité à agir ensemble est un atout important pour faire face aux changements, qu'ils soient de nature climatique(16), politique ou socioéconomique.

Plus concrètement, les relations intergénérationnelles favorisent la compréhension mutuelle et la confiance entre les groupes d'âge.
En renforçant les liens sociaux au sein de la communauté, ces relations contribuent également au sentiment de sécurité de la population.
Ce sentiment est associé à de nombreux bénéfices pour le bien-être et la qualité de vie, notamment une diminution de la criminalité, un recours accru aux transports actifs comme la marche ainsi qu'une meilleure intégration des personnes de tous âges et de différentes réalités.(6)

Pour les municipalités, ces retombées contribuent à encourager la participation citoyenne, à soutenir l'engagement des personnes de tous âges et à favoriser des communautés plus vivantes et inclusives.

> « *Je voulais vraiment partager mon expérience et avoir l'impression de pouvoir contribuer à ma ville puis l'améliorer.* »
>
> **Citoyenne de Vaudreuil-Dorion (17)**

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU MUNICIPAL

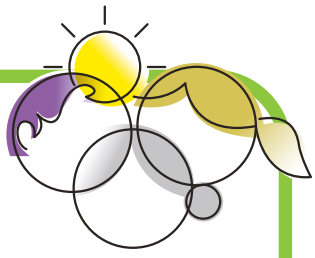
Les initiatives mises en place peuvent parfois attirer principalement des personnes déjà engagées dans leur communauté, alors que les groupes plus isolés ou marginalisés demeurent difficiles à joindre. Le fait de réfléchir à partir de différents profils-types de citoyens (jeunes, familles, aînés, nouveaux arrivants, personnes isolées, etc.) peut aider à mieux tenir compte de leurs réalités et de leurs besoins dans la planification des actions.

Par ailleurs, si les activités ponctuelles permettent de créer des premiers contacts, le développement de relations significatives entre les générations demande souvent de la continuité et des occasions répétées de rencontres. Les municipalités doivent également composer avec la diversité des besoins et des attentes de leur population, tout en cherchant à concilier des usages parfois perçus comme concurrents entre les générations. Trouver un équilibre qui favorise la cohabitation, la participation et le partage des espaces constitue ainsi un défi important, mais nécessaire pour créer des milieux de vie inclusifs et rassembleurs.

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES EN MILIEU MUNICIPAL

Pour renforcer la cohésion sociale à travers les relations intergénérationnelles sur son territoire, le milieu municipal dispose de moyens tels que :

- accroître la participation citoyenne, au-delà des consultations (ex. : comité de travail avec des citoyens, budgets participatifs, outiller la population à la participation citoyenne);
- prévoir des aménagements qui invitent aux rencontres (ex. : parcs attractifs pour tous, mesures d'apaisement de la circulation);
- soutenir les projets issus de la communauté (**ex. : fête du voisinage**).



UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LES POLITIQUES INTÉGRÉES « FAMILLE ET AÎNÉS »

Une **politique intégrée rassemble une politique familiale et une politique municipalité amie des aînés (MADA)** à l'intérieur d'une même démarche. L'adoption d'une politique intégrée offre une valeur ajoutée significative en transformant la planification municipale en une démarche inclusive, intergénérationnelle et durable. En unissant ces deux volets, on favorise la création d'un milieu de vie optimal, attractif et solidaire pour l'ensemble de la population, allant des tout-petits aux aînés. Cette approche permet également d'optimiser l'utilisation des ressources municipales en regroupant les démarches, tout en veillant à maintenir un équilibre entre les besoins des différentes générations afin qu'aucun groupe ne soit favorisé au détriment d'un autre.

MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS (MADA)

Il s'agit d'une démarche adoptée par une municipalité ou par une MRC pour créer des environnements favorables au vieillissement actif. Elle encourage notamment la participation des aînés dans leur communauté et y intègre des actions intergénérationnelles. En 2021, 112 municipalités sur 147 et près de la moitié des MRC en Montérégie avaient une politique MADA. Un financement est offert par le gouvernement du Québec à cet effet. De plus, Espace Muni et les équipes de santé publique de la région offrent de l'accompagnement dans la démarche.

Pour en savoir plus → Programme de soutien à la démarche Municipalité amie des aînés

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : « HABITÉE PAR SES GÉNÉRATIONS 2021-2025 »

En 2019, la Ville de Vaudreuil-Dorion a commencé des travaux de consultation et de coconstruction en vue de la publication de sa **Politique familiale et des aînés 2021-2025**. Un comité de pilotage a été mis sur pied réunissant 16 personnes dont des représentants municipaux, la MRC, des citoyens et des organismes, afin de représenter l'ensemble des groupes d'âge et groupes populationnels. Une vaste consultation citoyenne a été réalisée à l'aide de divers moyens pour prendre en compte un maximum de points de vue parmi les groupes populationnels et ceux en situation de vulnérabilité :

- Sondage (en ligne et papier)
- Groupes de discussion
- Brigade terrain (présence sur le terrain pour aller à la rencontre des personnes dans des lieux stratégiques : écoles, CPE, parcs, centres multisports, festivals, RPA)

Une fois la politique prête à être partagée, un jeu de société a été créé pour en faciliter l'appropriation. Ce jeu a été distribué gratuitement à toutes les adresses de la municipalité à travers le bulletin municipal Trait d'Union. Une courte vidéo pour partager les règles du jeu a également été réalisée.

ACTIONS CONCRÈTES ISSUES DE LA POLITIQUE

Parmi les actions qui découlent de la mise en place de la politique, on compte :

- la mise sur pied d'une **cellule intergénérationnelle** dont le mandat est d'intégrer les relations intergénérationnelles dans le développement municipal et communautaire de Vaudreuil-Dorion;
- la tenue des **Rendez-vous intergénérationnels** durant chaque mois de mai (activités variées);
- la transformation d'une ancienne école en **pôle communautaire intergénérationnel** qui réunit plusieurs organismes, sous un même toit, fréquentés par diverses générations.

DES DÉFIS DES POLITIQUES INTÉGRÉES « FAMILLE ET AÎNÉS »

La mise en œuvre d'une politique intégrée famille et aînés peut comporter des défis. Dans le cas de Vaudreuil-Dorion, la démarche a notamment dû composer avec le contexte particulier de la pandémie, qui a nécessité de l'agilité et une grande capacité d'adaptation afin de maintenir l'avancement des travaux malgré les contraintes sanitaires.

Joindre une diversité de groupes populationnels, recueillir leurs points de vue et favoriser leur engagement dans les différentes étapes de la démarche a aussi demandé des efforts soutenus.

Enfin, comme plusieurs initiatives, la pérennité des actions mises en place peut constituer un défi une fois les subventions initiales terminées. Il est alors important d'identifier les ressources nécessaires pour assurer la continuité des projets.

LES BÉNÉFICES DES POLITIQUES INTÉGRÉES « FAMILLE ET AÎNÉS »

La démarche a permis au milieu municipal de se doter d'une meilleure connaissance des besoins de la population et d'intégrer les enjeux des citoyens (famille, jeunes, aînés) dans les décisions municipales. En d'autres termes, cela veut dire que la démarche contribue à une meilleure cohérence entre les actions municipales et les besoins de la population puisque les orientations ont été élaborées à partir des préoccupations nommées par les citoyens ainsi que par les partenaires du milieu.

La réflexion collective a mené au développement d'une politique structurante qui sert de cadre à d'autres actions municipales. Cette politique est un outil efficace pour renforcer la collaboration avec les partenaires et un levier pour soutenir les projets municipaux, notamment pour favoriser les relations entre les générations.

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- L'implication des services municipaux et des citoyens tôt dans le processus
- La mise sur pied d'un comité de pilotage intersectoriel représentatif
- L'utilisation d'une diversité de moyens de consultation
- Une présence sur le terrain, près de la communauté
- Une diffusion créative de la politique pour favoriser l'adhésion (jeu de société)
- Un leadership partagé
- La clarté des rôles et responsabilités
- Une cohérence avec les autres politiques

Les mots des participants

MESSAGE À RETENIR

Intégrer une approche intergénérationnelle dans les politiques publiques municipales donne un ancrage structurant qui soutient le développement, la cohérence et le maintien dans le temps des initiatives. La coconstruction d'une politique globale qui transforme concrètement les milieux de vie et rapproche les générations valorise des actions simples, visibles et mobilisatrices que chacun peut s'approprier.

MILIEU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX

Le milieu de la santé et des services sociaux fait référence à l'ensemble des établissements des secteurs public et privé responsables d'offrir des soins et des services (ex. : santé mentale, déficience physique, déficience intellectuelle, problèmes sociaux) sur l'ensemble du continuum de santé.

Le milieu de la santé et des services sociaux accompagne les personnes à toutes les étapes de la vie. Que ce soit par exemple à domicile, dans une installation de première ligne, un hôpital, un centre jeunesse ou encore un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), il est présent lors de moments importants, parfois difficiles, où le soutien humain fait toute la différence.

Dans ce contexte, les activités intergénérationnelles peuvent s'inscrire à travers les services et les programmes existants. Elles représentent une façon concrète de mettre les personnes en relation et de soutenir les différentes missions du réseau de la santé et des services sociaux. Elles peuvent prendre plusieurs formes : bénévolat, visites, activités de groupe, jumelages avec des écoles ou des organismes du milieu, implication des proches ou des citoyens. Ces activités permettent de sortir du cadre habituel des soins et des services pour créer des occasions d'échanges, de partage et d'entraide.

DES BÉNÉFICES DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX

Les retombées sont multiples. Pour les personnes qui reçoivent des soins et services, ces activités stimulent les interactions sociales et contribuent à briser l'isolement. Pour les familles, les proches et les bénévoles, elles offrent des occasions de s'engager, de transmettre leurs connaissances et de jouer un rôle significatif auprès des autres. Plus largement, elles contribuent à rendre les milieux de soins et de services plus accueillants, humains et ouverts sur leur communauté.

DES DÉFIS POTENTIELS DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR LE MILIEU DE LA SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX

Les mesures de prévention et de contrôle des infections, la protection de certaines clientèles plus vulnérables, la confidentialité, la sécurité, les horaires de soins, la disponibilité du personnel, les réalités syndicales, les contraintes d'espace et les règles propres à chaque installation peuvent limiter ou encadrer les occasions de rencontres. La diversité des besoins, des capacités, des niveaux d'autonomie et des réalités cliniques des personnes participantes nécessite aussi une planification attentive. Les activités doivent être adaptées aux capacités des participants de tous âges, tout en respectant leur rythme, leur consentement et leurs préférences. Cette souplesse est essentielle pour que les activités demeurent positives, sécuritaires et significatives pour tous.

Ces défis ne doivent toutefois pas être perçus comme des freins insurmontables. Ils rappellent plutôt l'importance d'une **mise en œuvre bien préparée** : objectifs clairs, encadrement et formation adéquate des personnes impliquées, choix d'activités adaptées, suivi des expériences vécues et ajustements en continu.

DES EXEMPLES D'INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES DANS LE MILIEU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX

Dans le milieu de la santé et des services sociaux, les activités intergénérationnelles peuvent prendre forme tout au long du continuum de soins et de services, de la promotion de la santé jusqu'à l'hébergement. Certaines initiatives se déploient dans les hôpitaux, les CLSC, les centres de réadaptation, les services destinés aux familles ou les programmes de soutien à domicile. Bien que les exemples documentés dans ces contextes demeurent relativement peu nombreux, plusieurs prennent appui sur le

bénévolat, le soutien aux familles ou l'humanisation des soins pour favoriser les liens entre les générations et offrir aux personnes qui reçoivent des soins ou des services des occasions de participation sociale.

Les milieux d'hébergement occupent toutefois une place particulière. À la fois lieux de soins, de services et milieux de vie, ils accueillent des personnes qui peuvent vivre une perte d'autonomie, une déficience, une situation de vulnérabilité ou une transition importante de leur parcours de vie. Les activités intergénérationnelles représentent une occasion de soutenir une vision plus globale de la santé, où les soins et les services sont accompagnés d'occasions concrètes d'exercer des rôles sociaux et de contribuer à la vie collective.

Les exemples qui suivent illustrent différentes façons par lesquelles les approches intergénérationnelles peuvent enrichir les milieux d'hébergement du réseau de la santé et des services sociaux, tant pour les personnes hébergées que pour leurs proches, les bénévoles et la communauté.

Près de chez nous, **À vélo sans âge - Vallée-du-Richelieu** permet à des personnes aînées ou à autonomie réduite, notamment celles vivant en milieu d'hébergement, de prendre place à bord de vélos adaptés conduits par des bénévoles. Assis à l'avant du cyclopousse, les passagers retrouvent un précieux sentiment de liberté : sentir le vent dans leurs cheveux, respirer le parfum des fleurs, admirer la nature et redécouvrir leur quartier. Cette expérience s'inscrit dans une approche de soins plus humains, offrant un moment de plaisir et de partage, tout en créant des liens avec des cyclistes bénévoles de la communauté.

Les partenariats développés entre des CHSLD ou des maisons des aînés et alternatives et des services de garde éducatifs à l'enfance ou des écoles permettent d'intégrer régulièrement des activités réunissant jeunes et aînés. Les activités qui se répètent sur une certaine période permettent de tisser des liens profonds et solides entre les générations.

Une approche intergénérationnelle peut également être mise en œuvre dans d'autres secteurs du réseau de la santé et des services sociaux, notamment auprès des jeunes accompagnés par les centres jeunesse. Le **Projet Clé** de la Fondation du Centre jeunesse de la Montérégie accompagne les jeunes ayant été suivis par la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) dans leur parcours scolaire et leur passage à la vie adulte. Bien qu'il ne cible pas spécifiquement les aînés, le volet de bénévolat et d'accompagnement constitue un excellent exemple de relation intergénérationnelle significative pouvant être développée. Les relations durables avec un adulte significatif sont reconnues comme un facteur de protection important pour les jeunes en transition vers l'autonomie.(18)

Le Projet Clé - Lancement 2021

UNE INITIATIVE INSPIRANTE : LES MILIEUX D'HÉBERGEMENT AVEC UNE MIXITÉ D'USAGE

De plus en plus, les milieux d'hébergement du réseau de la santé et des services sociaux cherchent à dépasser leur rôle traditionnel pour devenir de véritables lieux de vie intégrés à leur communauté. La mixité des usages s'inscrit dans cette vision en multipliant les occasions d'échanges, de participation et de présence citoyenne pour les personnes hébergées.
Elle est en cohérence avec l'approche « milieu de vie »(18) mise de l'avant par le ministère de la Santé et des Services sociaux, qui vise à offrir des services continus, adéquats et personnalisés dans un milieu adapté aux besoins des personnes hébergées.

L'APPROCHE « MILIEU DE VIE »

Cette approche cherche à créer un environnement résidentiel et un mode de vie familiers, se rapprochant le plus possible du domicile antérieur des personnes qui y résident. Dans cette perspective, les activités ouvertes à la communauté peuvent devenir une façon concrète de faire vivre cette approche au quotidien.

UN EXEMPLE DE CETTE INITIATIVE : LA MAISON DES AÎNÉS ET ALTERNATIVE DE CHÂTEAUGUAY

La **Maison des aînés et alternative (MDA MA) de Châteauguay** se veut un projet ancré dans sa communauté. Elle compte 120 résidents dont des personnes aînées en perte d'autonomie et des personnes adultes vivant avec une déficience physique, une déficience intellectuelle ou un diagnostic de trouble du spectre de l'autisme.

Le bâtiment comprend entre autres :

- un CPE (80 places);
- une salle communautaire pouvant accueillir gratuitement des groupes externes pour des activités (ex. : atelier offert par le Centre d'action bénévole aux proches aidants de la communauté et ceux des personnes hébergées);
- et un espace café ouvert à tous : Le Bistro.

Cet espace bistro a pour but de permettre les rencontres et la socialisation ainsi que d'ouvrir le milieu d'hébergement sur le quartier dans lequel il s'insère. Ouvert du lundi au vendredi de 10 h à 13 h, on y sert café, collations et sandwiches. Puisque cet établissement fait partie de Santé Québec Montérégie-Ouest, le service alimentaire du Centre hospitalier Anna-Laberge assure l'approvisionnement. Le Bistro est opéré bénévolement par des stagiaires provenant de la Direction des programmes en déficience (DPD) de Santé Québec Montérégie-Ouest, des membres de la communauté, des résidents ou des membres de leurs familles.

À l'image de ces bénévoles, le Bistro est fréquenté actuellement par les résidents, les proches et les membres de la famille ainsi que quelques citoyens à la retraite. Des générations d'adultes et d'aînés s'y côtoient.

> « *Je suis à la retraite depuis quelques années déjà et le contact avec les gens me manquait. Lorsque je visitais mon frère qui est résident à la MDA MA j'ai vu qu'on recherchait des personnes bénévoles. On m'a proposé d'être bénévole au bistro. J'ai trouvé cette idée fort intéressante d'autant plus que ça me permettait de le faire avec mon frère qui est dans une maisonnée alternative. C'est une activité qui le valorise et qui nous permet à tous les deux de belles rencontres et des conversations enrichissantes avec le personnel, les visiteurs et les personnes hébergées.* »
>
> **Bénévole**

DES DÉFIS DES MILIEUX DE SOINS OUVERTS SUR LA COMMUNAUTÉ

À ce jour, la fréquentation de l'endroit par les résidents du quartier et de la ville demeure limitée, car l'offre de services est méconnue. De plus, le Bistro est situé sur une rue peu achalandée, ce qui limite la visibilité. Une promotion locale compte parmi les prochaines démarches à réaliser pour accroître les interactions entre la communauté de la MDA MA et la population avoisinante. Des partenariats sont aussi à construire, notamment avec une école avoisinante, pour augmenter la fréquentation du bistro. D'autres pistes de solution pourront être explorées avec le temps, notamment pour inciter les parents des enfants qui fréquentent le CPE à faire usage du bistro. D'autres initiatives dans l'établissement permettront aussi de mieux le faire connaître.

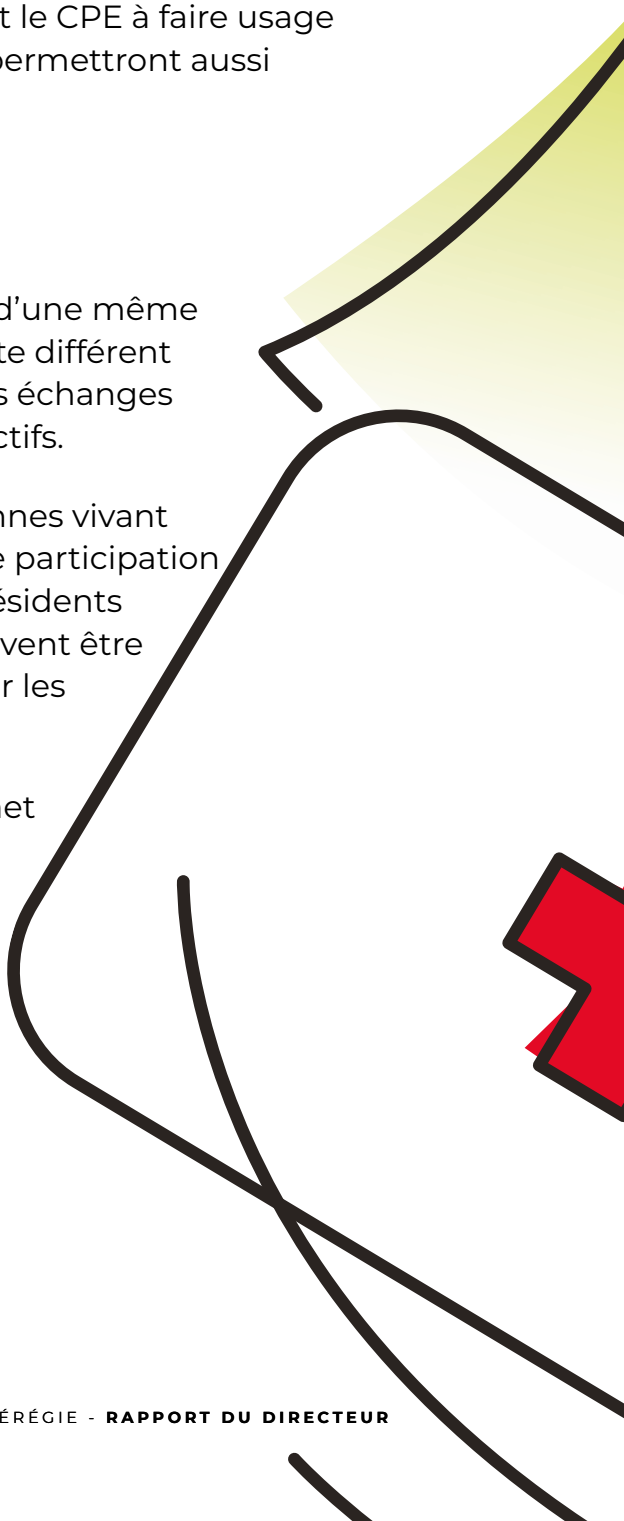
LES BÉNÉFICES DES MILIEUX DE SOINS OUVERTS SUR LA COMMUNAUTÉ

L'implication bénévole dans le Bistro de membres d'une même famille leur permet de se retrouver dans un contexte différent du cadre habituel d'hébergement. Cela favorise des échanges plus naturels et permet de maintenir des liens affectifs.

L'initiative contribue à l'inclusion sociale des personnes vivant avec une déficience en multipliant les occasions de participation et de développement des compétences. Pour les résidents qui s'impliquent, le Bistro devient un lieu où ils peuvent être reconnus pour ce qu'ils font, et non seulement pour les soins ou les services qu'ils reçoivent.

La participation au fonctionnement du bistro permet aux bénévoles et stagiaires de mettre à profit leurs expériences, renforçant leur sentiment d'utilité et leur rôle social.

> *« On a un résident qui travaille une journée au Bistro [...] C'est très important pour lui d'avoir cette connexion-là avec les gens qui rentrent pour venir chercher leur café et leur dîner. »*
>
> **Organisatrice communautaire de la MDA MA**



Pour le milieu, l'ouverture à la communauté constitue une occasion de renforcer son ancrage dans son environnement et de développer des partenariats avec d'autres acteurs du territoire. Ces collaborations peuvent favoriser la mise en commun de ressources, de compétences et de réseaux qui enrichissent l'offre d'activités et contribuent à créer des milieux plus dynamiques et attractifs.

Cette ouverture permet également de mieux faire connaître les réalités vécues par les personnes hébergées et de rapprocher les citoyens du réseau de la santé et des services sociaux. En multipliant les occasions de rencontres, elle contribue à démystifier les milieux d'hébergement et à réduire les préjugés.

DES FACTEURS DE SUCCÈS DE LA DÉMARCHE

- L'intégration dès le départ des objectifs d'ouverture à la communauté et de mixité des usages dans la planification du projet
- Des espaces conçus spécifiquement pour favoriser les rencontres informelles entre les résidents et les citoyens du quartier (Bistro)
- Un encadrement adéquat et un accompagnement régulier des bénévoles et des stagiaires pour soutenir leur engagement et favoriser leur intégration
- Des formations, notamment en matière d'hygiène et de salubrité, afin de favoriser un fonctionnement sécuritaire et efficace des activités

MESSAGE À RETENIR

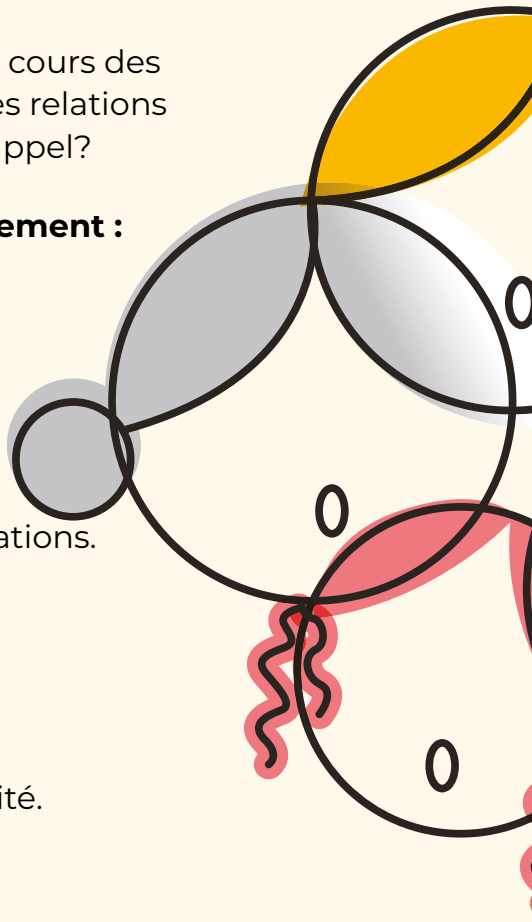
Dans le milieu de la santé et des services sociaux, les activités intergénérationnelles peuvent devenir de véritables leviers pour humaniser les soins, soutenir la participation sociale, renforcer les réseaux naturels et contribuer à des milieux plus inclusifs, plus vivants et plus proches des besoins des personnes.

À VOUS DE PASSER À L'ACTION

Les constats présentés dans ce rapport montrent que les liens entre les générations peuvent être cultivés dans plusieurs milieux et sous une multitude de formes. Ils ne sont toutefois pas le fruit du simple hasard. Pour passer de l'idée à l'action, il est nécessaire de faire preuve d'une volonté collective, d'actionner les leviers nécessaires et de donner les moyens aux personnes passionnées qui souhaitent s'y engager.

Peu importe votre milieu, vous pouvez contribuer à créer davantage d'occasions de rencontres, de collaboration et de partage entre les générations.

Dans le mot du directeur, vous avez été invité à poser, au cours des douze prochains mois, au moins une action favorisant des relations intergénérationnelles significatives. Répondrez-vous à l'appel?



Voici quelques gestes concrets pour amorcer le mouvement :

- Repérez une initiative intergénérationnelle déjà présente dans votre milieu.
- Adaptez une activité existante pour favoriser une collaboration active entre les générations.
- Repérez les partenaires potentiels autour de vous.
- Identifiez dans votre équipe une personne ou un groupe responsable de tisser des liens entre les générations.

Quelques ingrédients favorables à la réussite :

- **Cernez un besoin dans votre milieu**.
- Impliquez les personnes concernées dès le départ.
- Misez sur une activité simple, significative et réaliste.
- Créez des conditions propices à des échanges de qualité.
- Débutez à petite échelle, puis évaluez, ajustez et faites évoluer l'initiative.

Pour aller plus loin, consultez le document « Aide à la réflexion - Activités intergénérationnelles : quoi considérer pour augmenter leur impact positif ? », qui présente des repères concrets pour concevoir, mettre en œuvre et bonifier une initiative.

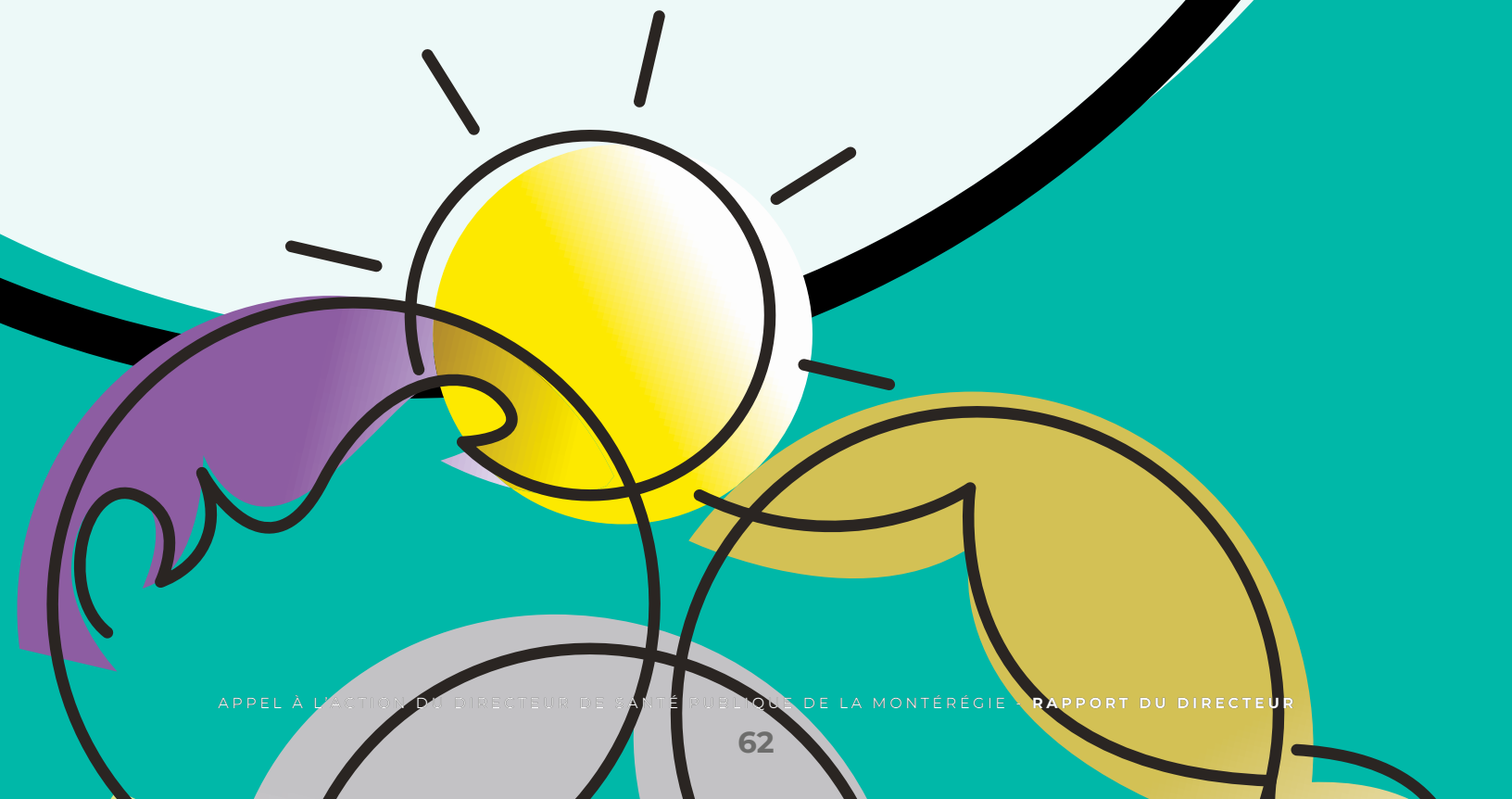
CONCLUSION

Le vieillissement de la population transforme nos communautés et représente une occasion de renforcer les liens qui unissent les générations. Partout en Montérégie, des initiatives démontrent qu'il est possible de créer des espaces où les personnes de tous âges apprennent les unes des autres, collaborent et contribuent à la vie collective.

Les bénéfices observés pour les personnes, les organisations et les collectivités sont nombreux. Les conditions favorables à leur réussite sont connues. Et si les défis sont aussi bien connus, ils ne doivent pas constituer un frein à l'action, mais plutôt orienter les modalités de mise en œuvre et favoriser des façons de faire concertées, adaptées et innovantes. Chaque milieu dispose de leviers concrets pour agir.

En unissant nos forces, il est possible de mettre en commun les ressources, d'harmoniser nos actions et de multiplier les occasions de rencontres entre les générations dans tous les espaces fréquentés par celles-ci.

Ensemble, transformons les initiatives inspirantes en un véritable mouvement collectif.



RÉFÉRENCES

1. Réseau québécois de recherche sur le vieillissement (RQRV) [En ligne]. Réseau québécois de recherche sur le vieillissement (RQRV). Milieux de vie et interactions sociales. Disponible: https://rqrv.com/recherche/regroupements-thematiques/milieux-de-vie-et-interactions-sociales/
2. Levasseur M, Lussier-Therrien M, Biron ML, Raymond É, Castonguay J, Naud D, et al. Scoping study of definitions of social participation: update and co-construction of an interdisciplinary consensual definition. Age and Ageing. 2 févr 2022;51(2):afab215.
3. Institut national de santé publique du Québec [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec. Qu'est-ce que la santé mentale?; 26 juin 2024. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/definition
4. Organisation mondiale de la santé. Santé mentale et lien social : rapport du Directeur général [En ligne]. Organisation mondiale de la Santé; janv 2025 p. 6. Rapport no EB156/8. Disponible: https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB156/B156_8-fr.pdf
5. Organisation mondiale de la Santé [En ligne]. Organisation mondiale de la Santé. Le lien social est associé à un meilleur état de santé et à un risque réduit de décès prématuré; 30 juin 2025. Disponible: https://www.who.int/fr/news/item/30-06-2025-social-connection-linked-to-improved-heath-and-reduced-risk-of-early-death
6. Poitras D, Bouchard LM, Maurice P, Gagné D. La cohésion sociale comme condition essentielle à la sécurité: définition, composantes et indicateurs [En ligne]. Québec (QC) : Institut national de santé publique du Québec; 2019. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2595_cohesion_sociale_essentielle_securite.pdf
7. Québec.ca [En ligne]. Gouvernement du Québec. Développer les habitudes de lecture des enfants; 2026. Disponible: https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/accompagnement-soutien-eleves/habitudes-lecture-enfants#c274250
8. Statistique Canada [En ligne]. Hazel M. Raisons de travailler chez les 60 ans et plus; 14 déc 2018. Disponible: https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/71-222-x/71-222-x2018003-fra.htm
9. Ravid DM, Costanza DP, Romero MR. Generational differences at work? A meta-analysis and qualitative investigation. Journal of Organizational Behavior. 2025;46(1):43-65.
10. Réseau Mentorat. Quelle est l'importance d'avoir un bon mentor? [En ligne]. Réseau Mentorat; 2018. Vidéo Youtube. Disponible: https://www.youtube.com/watch?v=g5yLvQKHVCI
11. Harvard Catalyst. Implementing the Mentorship in Clinical and Translational Research Guide [En ligne]. Harvard Catalyst; 2025 p. 22. Disponible: https://catalyst.harvard.edu/wp-content/uploads/2025/05/Implementing-the-Mentorship-in-Clinical-and-Translational-Research-Guide_Mentors-and-Mentoring-Program-Leaders-Remediated-1.pdf
12. Observatoire québécois des inégalités [En ligne]. Observatoire québécois des inégalités. Les mauvaises conditions de logement nuisent au développement et au parcours scolaire des enfants – Fiche 4; 9 juill 2026. Disponible: https://observatoiredesinegalites.com/les-mauvaises-conditions-de-logement-nuisent-au-developpement-et-au-arcours-scolaire-des-enfants-fiche-4/
13. Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur [En ligne]. Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur. Se loger, une condition pour réussir; 2023. Disponible: https://oresquebec.ca/article-de-dossiers/enjeux/se-loger-une-condition-pour-resusir/

14. Observatoire québécois des inégalités [En ligne]. Torres S. Les personnes aînées ne sont pas à l'abri de la crise du logement; 10 févr 2026. Disponible: https://observatoire desinegalites.com/les-personnes-ainees-ne-sont-pas-a-labri-de-la-crise-du-logement/
15. Tchokouagueu FA, Vallée L, St-Amant PAB, Lemieux-Bourque A, Bolduc N. Rapport sur le financement et l'endettement des étudiant.e.s universitaires du Québec [En ligne]. Union étudiante du Québec (UEQ); 2023 p. 55. Disponible: https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/Rapport-sur-le-financement-et-lendettement-etudiantUEQ.pdf
16. INSPQ [En ligne]. Institut national de santé publique du Québec. Cohésion sociale : déterminant de la santé en contexte de changements climatiques; 26 nov 2024. Disponible: https://www.inspq.qc.ca/changements-climatiques/vrac-parc/cohesion-sociale
17. Ville de Vaudreuil-Dorion. Politique familiale et des aînés | Actions coup de cœur 2 [En ligne]. Ville de Vaudreuil-Dorion; 2021. Vidéo Youtube. Disponible: https://www.youtube.com/watch?v=_RDrkWTx5x8
18. Publications du ministère de la Santé et des Services sociaux [En ligne]. Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). Outils de soutien à la pratique concernant la transition à la vie adulte – Loi sur la protection de la jeunesse; 2 juin 2023. Disponible: https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003572/
19. Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). Un milieu de vie de qualité pour les personnes hébergées en CHSLD - Orientations ministérielles [En ligne]. Québec (QC) : Ministère de la Santé et des Services sociaux; 2003 p. 33. Disponible: https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2003/03-830-01.pdf

Entre générations

Santé Québec