La Maison
bien vieillir chez soi

CONTINUUM DE SOINS ET DE SERVICES POUR PERSONNES AINÉES

Cette fiche présente l'importance d'offrir la possibilité aux personnes en perte d'autonomie à faible ou modeste revenu de demeurer dans leur communauté rurale. Le contenu a été développé dans le cadre de la recherche-action visant à implanter une résidence innovante pour personnes aînées a Sayabec faisant partie de la démarche régionale *Bien vieillir chez soi* au Bas-Saint-Laurent soutenue par la Fondation Mirella et Lino Saputo et étant partie prenante de l'entente sectorielle pour le développement social du Bas-Saint-Laurent. Fondée en 2025, la résidence portera le nom de **La Maison bien vieillir chez soi.**

Dans ce cadre, un comité de pilotage s'est mis en place – formé de la municipalité de Sayabec, du Centre intégré de santé et de services sociaux du BSL, du GRT Les Habitations Populaires de l'Est/Coopérative de travail ATENA, de la MRC de La Matapédia, du Centre de recherche sociale appliquée (CRSA) et de citoyennes et citoyens issus du milieu – pour développer la Maison bien vieillir chez soi.

Favoriser un continuum de soins et de services afin d'éviter les déménagements et permettre aux personnes de vieillir près de leurs proches est un des principes phares du concept de la *Maison bien vieillir chez soi*.

Pourtant, l'offre actuelle de logements en ressources collectives est fragmentée, coûteuse et souvent éloignée des communautés d'origine, ce qui entraine des séparations involontaires entre conjoints et de multiples déménagements en fin de vie — de la maison vers une résidence pour personnes ainées autonome, puis vers une résidence intermédiaire lors de pertes d'autonomie et, finalement, vers un CHSLD lorsque la situation se détériore.

Ces transitions successives provoquent une grande instabilité et une perte de repères, contribuant ainsi à accentuer la perte d'autonomie des personnes aînées.

Grâce à la recension des pratiques innovantes en matière d'habitation pour personnes ainées, à la collaboration du CISSS du Bas-Saint-Laurent et à la contribution d'experts de vécu, le concept proposé intègre les différentes phases possibles de la perte d'autonomie. La visite du projet PAX Habitat, milieu de vie intergénérationnel à Joliette, dans Lanaudière, qui inclut une résidence pour personnes aînées, a également permis de s'inspirer de pratiques éprouvées et d'enrichir la réflexion. Parmi les stratégies retenues :

- Une gamme complète de services intégrés sera offerte à domicile en fonction des besoins évolutifs des résidentes et des résidents :
  - Soins personnels et soutien aux activités de la vie quotidienne (AVQ/AVD), dispensés sur place jour et nuit;
  - Télésanté, soutien clinique et collaboration avec le CLSC local accessible aux résident.e.s et à la communauté de Sayabec;
  - Aide à la prise de médicaments et soutien à la gestion des conditions chroniques;
  - Répit pour proches aidants et soutien psychosocial (selon la disponibilité, des répits de jours pourraient être offerts à la population de Sayabec et ses environs);
  - Soutien à la fin de vie, dans une approche de soins palliatifs à domicile;
  - Animation pour soutenir le vieillissement actif, la vie communautaire et les liens intergénérationnels.
- Des espaces de vie accessibles physiquement pour tous les besoins;
- Une configuration circulaire permettant aux personnes de se déplacer librement sans se heurter à des culs-de-sac;
- Une fenestration abondante favorisant la stimulation et la diversion. Lorsque des fenêtres sont aménagées devant les studios, les personnes vivant avec de l'errance ont moins tendance à entrer dans les logements voisins;
- La présence d'une cour intérieure accessible et sécuritaire lorsque les conditions météorologiques le permettent;
- La mixité des profils afin de favoriser l'entraide entre résident.e.s.

Ces stratégies, qui ont démontré leur pertinence dans d'autres milieux de vie, ont été intégrées au concept de résidence.

Le comité a aussi travaillé étroitement avec un ergothérapeute spécialiste de l'accessibilité dans les résidences pour personnes aînées et des architectes. Cette collaboration a permis de développer un concept accessible physiquement, avec des aires giratoires facilitant les déplacements et le travail du personnel soignant.

Le projet repose aussi sur la participation sociale et la mixité des résidents et des résidentes afin d'accroitre l'entraide.

La présente fiche met donc l'accent sur l'importance d'assurer un véritable continuum de soins et de services au sein d'une même résidence afin d'éviter les déménagements et les pertes cognitives qui y sont associées.

PARCOURS RÉSIDENTIEL DE LA PERTE D'AUTONOMIE

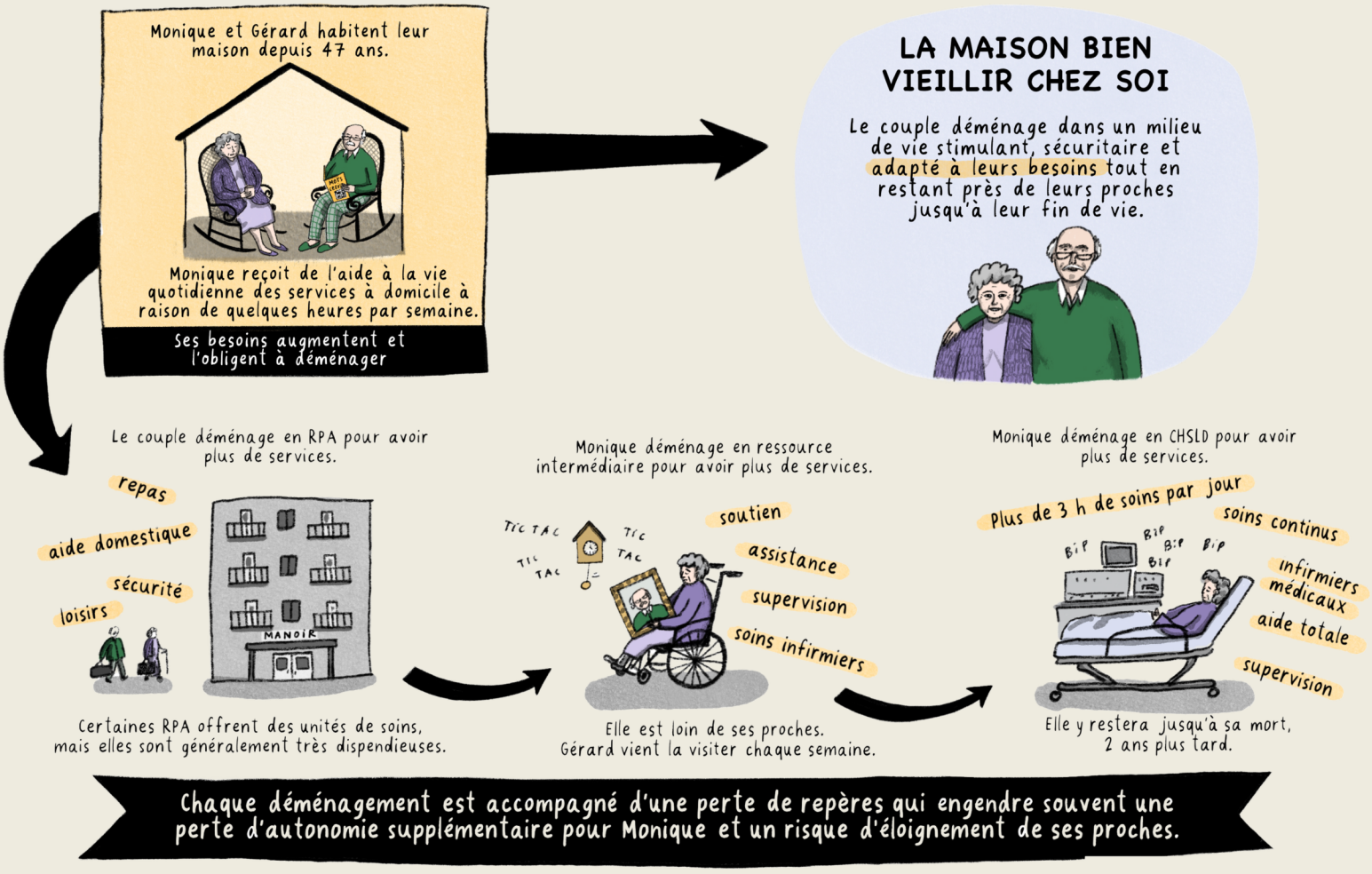

Illustration: Chloé Germain-Thérien

Cette illustration a été produite par le CRSA dans le cadre de la démarche Bien vieillir chez soi qui est partie prenante de l'Entente sectorielle pour le développement social du Bas-Saint-Laurent 2023-2026.
Novembre 2025

CRSA
CENTRE DE RECHERCHE SOCIALE APPLIQUÉE

RECHERCHE ET RÉDACTION
Marie-Pier St-Louis, CRSA

DIRECTION SCIENTIFIQUE
Lise St-Germain, CRSA

RÉVISION LINGUISTIQUE
Denise Carbonneau

MISE EN FORME
Marie-Pier St-Louis, CRSA

ILLUSTRATION
Chloé Germain-Terrien

PLANS DE IMAGES
Blanchette archi.design

ORIENTATION, RELECTURE ET MEMBRES DU COMITÉ DE PILOTAGE

- Marcel Belzile, Ex-Maire, Municipalité de Sayabec
- Steeve Bélanger, Coordonnateur programme SAD, CISSS BSL, Direction SAPA
- Nadia Fournier, Représentante de la communauté
- Guy Leclerc, Personne experte de vécu
- Didier Pérée, Coordination et gestion de projets, GRT Les Habitation Populaires de l'Est/Coopérative de travail ATENA
- Marie-Pier St-Louis, Professionnel de recherche, Centre de recherche sociale appliquée (CRSA)
- Jean-Yves Thériault, Personne experte de vécu
- Pascale Turcotte, Conseillère en développement local et territorial, MRC de La Matapédia

Le Centre de recherche sociale appliquée est un organisme autonome à but non lucratif qui soutient le développement du pouvoir d'agir des collectivités et des organisations. À cette fin, il recourt à la recherche sociale pour accompagner les groupes dans leur analyse des problèmes sociaux et la synthèse de leurs pratiques. Son approche participative favorise le croisement des savoirs théoriques et d'action ainsi que le transfert continu des connaissances.

La démarche de recherche-action vise à permettre aux personnes ainées du Bas-Saint-Laurent de vivre le plus longtemps à domicile et dans leur communauté en innovant et en adaptant l'offre de services intersectorielles.

Pour en savoir plus, consulter le rapport de recherche-action et les pages internet du projet:

- Site de la programmation *Bien vieillir chez soi*: https://vieillirchezsoi-bsl.org/projets/residence-innovante-pour-aines.html
- Site du CRSA: https://www.lecrsa.ca/realisation/la-maison-bien-vieillir-chez-soi/

Le projet a été possible grâce au cadre et au soutien financier de la programmation de recherche-action *Bien vieillir chez soi* au Bas-Saint-Laurent, soutenue par la Fondation Mirella et Lino Saputo et partie prenante de l'entente sectorielle pour le développement social du Bas-Saint-Laurent.

La reproduction et l'utilisation, en tout ou en partie, de ce document doivent en indiquer la source de la façon suivante :
Centre de recherche sociale appliquée. 2026. Fiche Dynamisme des communautés et intégration des proches, Contenu provenant du rapport de recherche-action *La Maison bien vieillir chez soi, 2026*, Trois-Rivières, Centre de recherche sociale appliquée (CRSA), Comité de pilotage résidence innovante pour personnes ainées à Sayabec de la Démarche *Bien vieillir chez soi* au Bas-St-Laurent, 4p.