



# mosaic

Laboratoire vivant sur  
le vieillir en milieu rural

**POUR, AVEC et PAR les personnes âgées**

*Région Chaudière-Appalaches*



**Document de gouvernance – An 1**

Version 1.0 – Printemps 2023

# Introduction

Le Québec se situe au dixième rang du vieillissement le plus accéléré de sa population en comparaison des pays de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) (AZEREDO, 2015). Selon les projections de l'Institut de la statistique du Québec, **dans moins de dix ans (2031), plus du quart des québécoises et des québécois seront âgés de 65 ans et plus** et seront considérés comme des personnes âgées (Gouvernement du Québec, 2018).

Dans plusieurs milieux ruraux de la province, comme dans les régions du Bas-St-Laurent, de la Gaspésie et de Chaudière-Appalaches, ce seuil est déjà atteint depuis quelques années (ISQ, 2022). En effet, la proportion de citoyennes et citoyens âgés demeurant dans les petites municipalités de moins de 1 000 personnes est plus élevée que celle des grandes villes de 100 000 personnes et plus (MSSS, 2021). Un regard spécifique sur la situation des personnes âgées est donc nécessaire, car le **« vieillir » en contexte de ruralité n'est pas nécessairement le même qu'en ville**. Par exemple, les personnes âgées vivant en milieu rural doivent composer avec un éloignement et des limites d'accès aux services, dont les services de santé et de services sociaux (INSPQ, 2022), qui peuvent constituer d'importants stressseurs lorsque les besoins liés au vieillissement ou à la perte d'autonomie s'accroissent (Lupien, 2019).

La situation doit être abordée collectivement, en commençant par engager les premiers intéressés, soit les personnes âgées des milieux ruraux, dans la **définition de leurs besoins** et l'identification **des pistes d'actions** pour les soutenir dans leur continuum de vie. Pour cela, il faut créer des partenariats avec les personnes âgées pour **mobiliser, partager** et **coconstruire** les connaissances et les solutions les concernant pour qu'elles soient ancrées dans leurs réalités et dans ce qui revêt du sens, de la valeur pour elles.

# Un *Laboratoire vivant*

## Qu'est-ce qu'un *Laboratoire vivant* ?

Le *Laboratoire vivant* est une méthode de recherche et d'innovation qui promeut un processus de cocréation avec les personnes utilisatrices finales<sup>1</sup> dans des conditions d'expérimentation réelles et s'appuie sur un écosystème de partenariats public-privé-citoyen (Dubé, 2014). Selon Dubé et al., la méthode de type *Laboratoire vivant* permet de:

- **Faciliter les collaborations intersectorielles** entre l'équipe de recherche et les milieux utilisateurs de connaissances, comme les décideurs publics;
- **Apporter des solutions innovantes**, durables et socialement acceptables à travers l'expérimentation dans des contextes de vie réelle;
- **Produire un véritable impact** sur le développement et l'avancement des **connaissances et des solutions** de défis sociaux, économiques, culturels ou technologiques;
- **Favoriser le partage rapide et la mobilisation durable des connaissances** (données, processus, pratiques, etc.) pour une mise à l'échelle.

Selon les mêmes auteurs, dans le domaine de la santé, **les conditions gagnantes** de la méthode *Laboratoire vivant* en santé sont de:

- **Établir un solide réseau de partenaires** instruits sur la méthode *Laboratoire vivant* et mobilisés autour d'une vision commune;
- **Créer un environnement inclusif, sécuritaire et propice** aux échanges avec les membres du groupe de travail de façon à entendre leurs voix et les impliquer dès l'initiation du projet;
- **Se doter d'un processus d'animation de communautés d'utilisateurs** (en face à face et en ligne), de **cocréation de l'innovation** et d'expérimentation.

---

<sup>1</sup> Pour MOSAIC, ces utilisateurs finaux sont des personnes âgées des milieux ruraux et leurs proches.

Le *Laboratoire vivant* MOSAIC est un espace de recherche et développement qui vise à mettre en œuvre des innovations qui favorisent le « bien vieillir » des personnes âgées des milieux ruraux de la région de Chaudière-Appalaches (utilisatrices finales). Il privilégie un processus de développement de l'innovation qui évolue dans un environnement de **coopération et de cocréation, POUR, AVEC et PAR** les personnes âgées et leurs proches. Il implique le secteur de la recherche, le secteur clinique et la communauté (municipalités, population, organismes communautaires, etc.).

Le projet est appelé MOSAIC pour refléter les multiples facettes du vieillir, des contextes ruraux et des acteurs qu'il réunit. La mosaïque rappelle aussi l'idée de coconstruire et l'intersectorialité d'une œuvre plus grande que l'addition des savoirs respectifs, qu'ils soient sages, expérientiels, professionnels ou scientifiques.

Outre l'image que ce mot évoque à l'esprit, le choix de cet acronyme était aussi porteur de sens : « **M**ieux **O**ffrir la **S**anté aux **A**iné·e·s **I**ncroyables de **C**haudière-Appalaches » et « **M**ieux **O**uvrir la **S**cience aux **A**iné·e·s **I**ntéressé·e·s de **C**haudière-Appalaches »

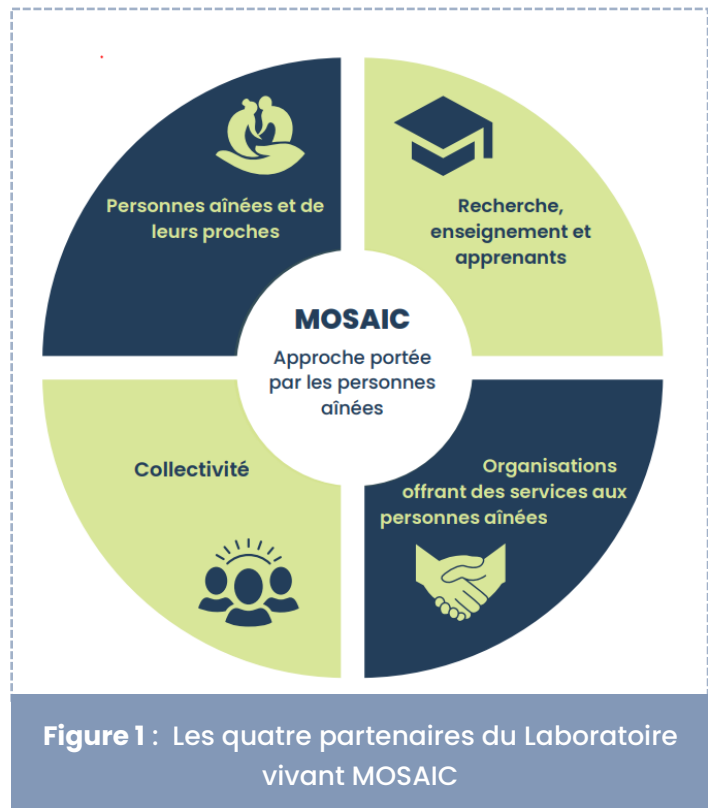
MOSAIC créer des opportunités de rencontres, de discussions et d'expérimentations pour développer et adapter des innovations (nouvelles idées) qui se veulent des **pistes de solutions durables favorisant le « bien vieillir » en région.**

MOSAIC est **piloté conjointement** par une équipe du **Centre de recherche du CISSS de Chaudière-Appalaches (CR-CISSCA)** et de la **Chaire interdisciplinaire sur la santé et les services sociaux pour les populations rurales (CIRUSSS)** de l'Université du Québec à Rimouski (UQAR). L'équipe du *Laboratoire vivant* MOSAIC est **composée des quatre parties prenantes suivantes (voir Figure 1 à la page suivante):**





- Représentant.es des **personnes âgées et de leurs proches** (personnes âgées, proches aidants, groupes ex. : FADOQ, tables de concertation des aînés);
- Représentant.es des **organisations publiques, privées ou communautaires** offrant des services aux personnes âgées;
- Représentant.es de la **collectivité**;
- Représentant.es de la **recherche** et de **l'enseignement** ainsi que les apprenants<sup>2</sup>.

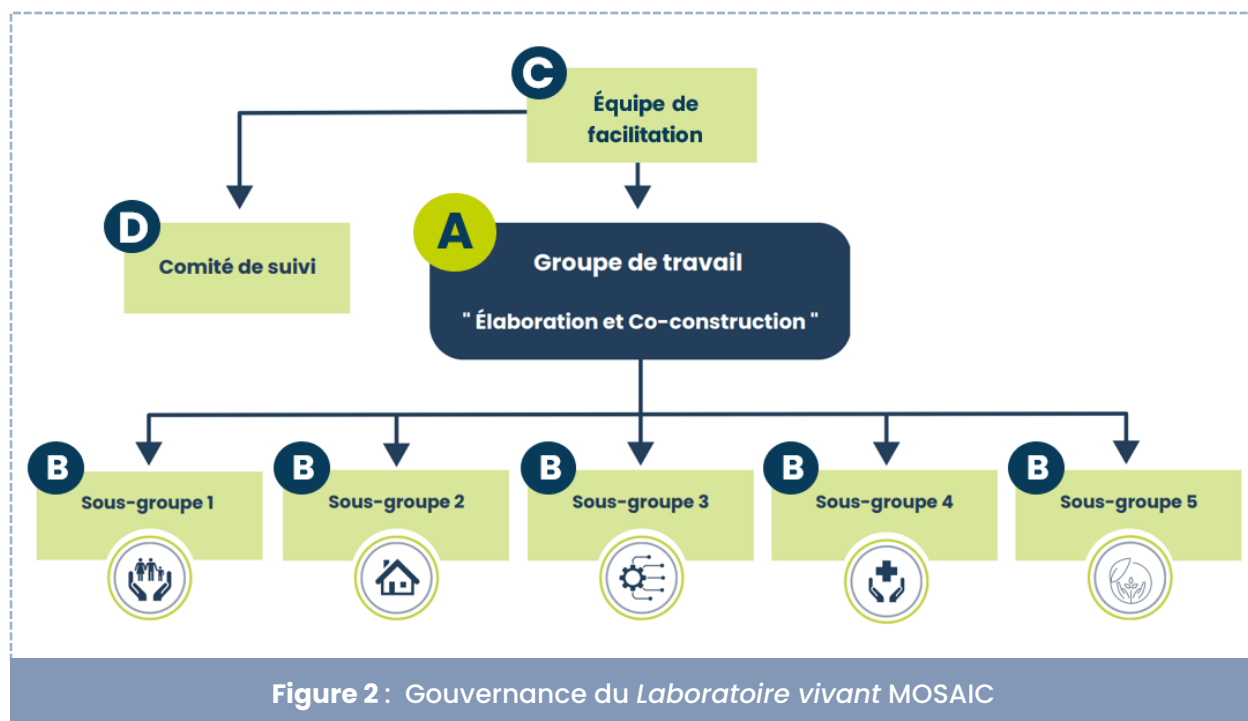


À la fin mars 2023, **65 partenaires** faisaient partie de l'équipe de MOSAIC. Le **recrutement** des partenaires du *Laboratoire vivant* MOSAIC est évolutif et se fait en continu.

Les activités du *Laboratoire vivant* MOSAIC se déroulent dans un **groupe de travail (A)** réunissant tous les partenaires et divisé en **cinq sous-groupes (B)**. Ces sous-groupes de travail sont accompagnés d'une **équipe de facilitation (C)** qui elle est soutenue par un **comité de suivi (D)**. Le groupe de travail, l'équipe de facilitation et les différents sous-groupes sont représentés à la Figure 2 de la page suivante.



<sup>2</sup> Les chercheurs sont rattachés au Centre de recherche du CISSS Chaudière-Appalaches et proviennent de l'Université du Québec à Rimouski, de l'Université Laval, de l'Université de Sherbrooke et de l'Université du Québec à Trois-Rivières.



## A – GROUPE DE TRAVAIL « Élaboration et co-construction » : Mandat et composition

Le groupe de travail s’est constitué avec la préparation de la demande de financement à l’automne 2021 et s’est élargi au fil des présentations du *Laboratoire vivant*. Le premier mandat du groupe de travail est **d’identifier et de participer au déploiement de stratégies de mobilisation et de recrutement des membres des parties prenantes du *Laboratoire vivant* MOSAIC afin de susciter l’intégration de nouveaux partenaires**. Une attention particulière est portée aux personnes âgées, à leurs représentant.es et à leurs proches puisqu’il est **souhaité que ceux-ci constituent plus de la moitié des membres du groupe de travail**.

Le **recrutement**, qui se poursuit, s’effectue dans une **perspective d’équité, de diversité et d’inclusion** pour représenter un éventail de point de vue en s’assurant d’une représentativité de genres, de personnes en situation de handicap ou de pauvreté et, si possible, de minorités ethniques. Le grand groupe de travail se réunira à nouveau pour des événements (ex. webinaires, activités sociales, etc.) ou pour faire le point sur

l'avancement du travail des sous-groupes thématiques où se déroulent les activités de type *Laboratoire vivant*.

## B – SOUS-GROUPES DE TRAVAIL : Mandat et composition

Un atelier de travail en ligne tenu le 13 octobre 2022 avec le groupe de travail a permis de cibler les thèmes d'intérêts principaux pour les participants. **Cinq grandes thématiques en sont ressorties** et ont mené à la création de cinq sous-groupes de travail. **Les sujets liés à ces thématiques sont :**



### **Participation sociale des personnes âgées en milieu rural**

- Respect de la dignité et de l'intégrité (promotion de la bienveillance, sécurité financière)
- Participation aux décisions sociétales et partage d'expérience
- Accès et maintien des activités occupationnelles
- Renforcement du tissu social (ressources familiales et communautaires)
- Développement du transport et de la mobilité en milieu rural



### **Milieu de vie agréable et inclusif en milieu rural**

- Adaptation du domicile autre que technologique (équipements, environnement physique)
- Soutien à la vie quotidienne (alimentation, hygiène, mobilité)
- Maintien et développement d'environnements sains en soutien aux habitudes de vie
- Intégration à de nouveaux milieux de vie (maison bigénérationnelle, HLM, RPA, CHSLD, Maison de soins palliatifs, etc.)
- Soutien intergénérationnel (ex. réalisation de menus travaux)
- Qualité et disponibilité du logement



### **Technologies de l'information et communications en milieu rural**

- Accès aux technologies pour les aîné.es et soutien pour leur utilisation
- Technologies avancées à domicile pour favoriser la sécurité (domotique)
- Accès à la télésanté (téléconsultation à domicile)
- Innovation en télésurveillance (détecteur de chute, géolocalisation, distributeur de médicaments)
- Utilisation des jeux vidéo et de la réalité virtuelle (maintien des habitudes de vie, loisirs et réminiscence(souvenirs))



### Soins et services de santé en milieu rural

- Optimisation des soins à domicile
- Maintien de la santé physique et mentale
- Hospitalisation à domicile
- Soutien aux proches aidants
- Accès et continuité des soins et services (éloignement géographique, pénurie de main-d'œuvre)



### Préparer la fin de la vie en milieu rural

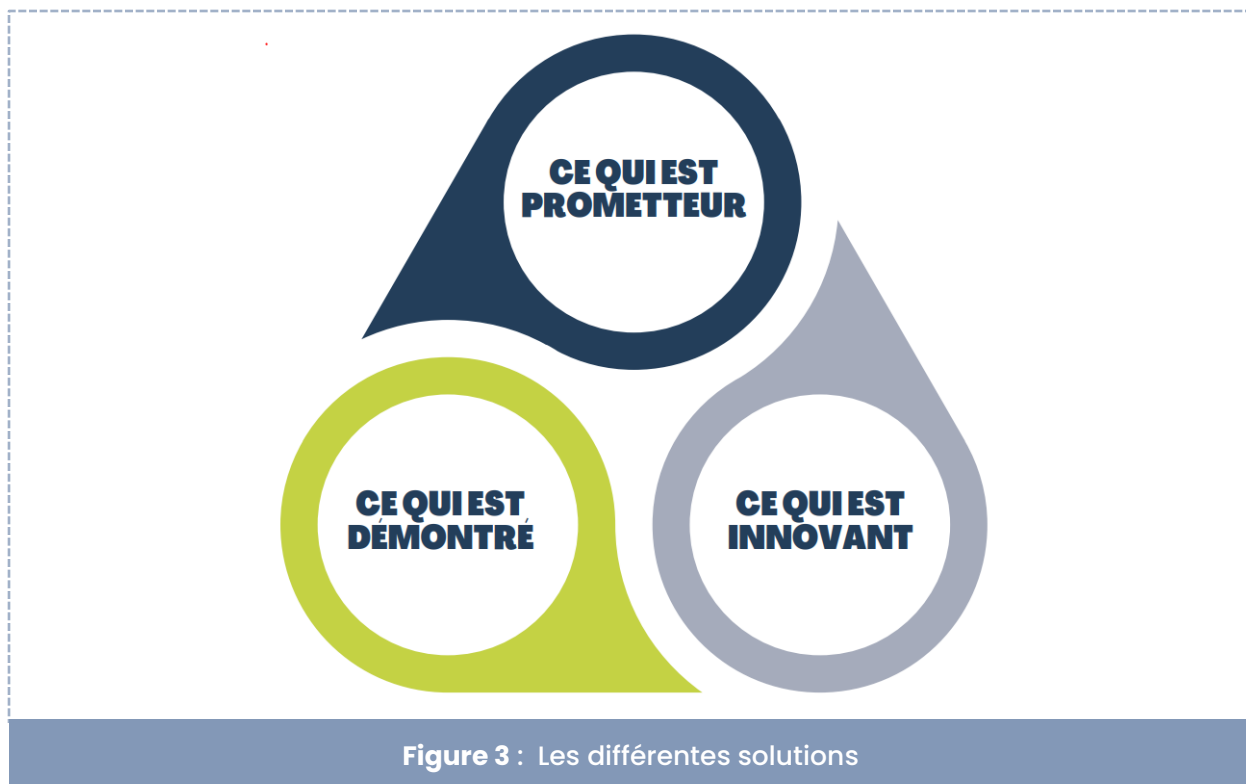
- Compréhension de l'importance d'élucider et partager ses valeurs et préférences par rapport à la fin de vie
- Planification préalable des soins
- Soins palliatifs et de fin de vie
- Leg de vie

Les sous-groupes de travail jouent un rôle primordial dans la démarche du *Laboratoire vivant* MOSAIC. Ils ont pour mandat de :

- ▀ **Approfondir la réflexion sur les différents besoins** entourant le vieillir dans les milieux ruraux et les petites municipalités de la région;
- ▀ **Identifier les différentes solutions** pour répondre à ces besoins dont certaines sont des innovations (**voir la Figure 3 à la page suivante**);
- ▀ **Développer au moins une innovation** pour soutenir le vieillir en milieu rural dans l'approche *Laboratoire vivant*. Ce développement inclut des expérimentations sécuritaires dans la communauté avec les personnes âgées et leurs proches en identifiant et créant des opportunités de rencontres.







Les solutions pouvant être adaptées ou qui sont innovantes feront l'objet **d'un processus itératif** de type « *Laboratoire vivant* ». Ce processus implique l'exploration des différentes options, la cocréation, le prototypage, l'expérimentation et la diffusion de l'innovation (Berthiaume et Vigneron, 2023). Deux personnes dans chaque sous-groupe sont formées (formation de 12 heures) sur l'approche *Laboratoire vivant* et agiront comme **ambassadeurs et ambassadrices** de la démarche auprès de leur équipe.

Ultimement, les idées et solutions qui émergeront du *Laboratoire vivant* MOSAIC permettront d'alimenter une programmation de recherche, rattachée au Centre de recherche du CISSS de Chaudière-Appalaches, pour soutenir les nombreuses facettes du « bien vieillir » en contexte de ruralité.

## C – ÉQUIPE DE FACILITATION : Mandat et composition

La **gestion opérationnelle du Laboratoire vivant MOSAIC** est assurée par une coordonnatrice à qui incombe la gestion de projet, l'animation, les liens de partenariat et la documentation du processus global du *Laboratoire vivant* MOSAIC. Cette gestion est réalisée en étroite collaboration avec une adjointe à la coordination, les deux chercheuses principales et une stagiaire postdoctorale (2023-2024). D'autres personnes pourront être invitées à se joindre aux activités de l'équipe de manière ad hoc. Cette équipe de facilitation se réunit sur une base bimensuelle et ad hoc (en personne ou via Teams). Elle regroupe les personnes suivantes:

- **Lily Lessard**, chercheuse UQAR-Chaire CIRUSSS et CR-CISSCA
- **Michèle Morin**, médecin gériatre, chercheuse CR-CISSCA
- **Nancie Allaire**, coordonnatrice du *Laboratoire vivant* MOSAIC, agente de recherche
- **Camille Bisson-Cauchon**, adjointe à la coordination du *Laboratoire vivant* MOSAIC
- **Ariane Plaisance**, stagiaire postdoctorale, UQAR-Chaire CIRUSSS (janv. 2023 à déc. 2024)

L'équipe de facilitation offre du **soutien en continu et adapté** aux besoins de chaque sous-groupe thématique. Ce soutien implique notamment :

- ▣ L'aide à la **composition des sous-groupes et le recrutement** de nouveaux membres et partenaires;
- ▣ L'**accompagnement dans l'animation** des rencontres;
- ▣ La contribution à la **réalisation de portrait évolutif des besoins des personnes âgées** pour chaque thématique;
- ▣ La **préparation et la mise en disponibilité d'outils** pour soutenir le travail des sous-groupes;
- ▣ L'**arrimage** avec le Consortium InterS4 pour les besoins en **courtage de connaissances**;
- ▣ Le **suivi des tâches à réaliser**;

- Le **soutien** dans l'**acquisition de ressources** et le **déploiement des activités** sur le terrain;
- L'**organisation de rencontres intersous-groupes en cours de processus**.

La documentation des activités de chaque sous-groupe et des résultats générés est aussi un aspect important pour évaluer la méthode *Laboratoire vivant* MOSAIC et son déploiement. **L'équipe de facilitation veille ou accompagne donc également à colliger les données liées au fonctionnement et à la dynamique de travail dans chaque sous-groupe.**

Les travaux des sous-groupes thématiques sont réalisés dans une perspective de co-construction, d'ouverture et de bienveillance, en tenant compte d'un processus de création n'étant pas toujours linéaire et demandant une flexibilité dans les prises de décisions, pouvant varier selon les contextes de travail, les thématiques, les environnements et les événements.

---

## **D – COMITÉ DE SUIVI : Mandat et composition**

---

Le comité de suivi s'assure du **respect de la méthode *Laboratoire vivant* : POUR, AVEC et PAR, de la participation des personnes âgées et leurs proches** ainsi que de la pertinence des processus et des résultats pour les **milieux ruraux**. Il veille à une juste **représentativité des quatre parties prenantes** dans une perspective intersectorielle (représentant.es des personnes âgées et proches, des services aux personnes âgées, de la collectivité et des décideurs et de l'enseignement, de la recherche ainsi que des apprenants) tout en s'assurant que les **personnes âgées** demeurent les **actrices prioritaires** à toutes les étapes du projet.

Ce comité est composé de personnes âgées ou de leurs représentant.es, de chercheuses et de chercheurs associés au projet, d'une personne-ressource en courtage de connaissances, de représentant.es du CISSS de Chaudière-Appalaches et de partenaires communautaires et municipaux. Il est animé par la coordonnatrice du *Laboratoire vivant* et les autres membres de l'équipe de facilitation. Les personnes suivantes composent ce comité:

- **Mehdi Adda**, chercheur, UQAR et CR-CISSSCA, domaine Nature et Technologie;
- **Élise Bolduc**, Conseillère en courtage de connaissances InterS4, domaine Santé;
- **Francine Ferland**, chercheuse, U. Laval et CR-CISSSCA, domaine Société et Culture;
- **Normand Gagné**, représentante des personnes âgées et leurs proches;
- **Marilène Gosselin**, chercheuse, U. Sherbrooke, UQAR, CR-CISSSCA, domaine santé
- **Renée Grégoire**, représentante des personnes âgées et leurs proches;
- **Serge Kirouac**, représentant des partenaires communautaires;
- **Ana Marin**, DQEPE CISSSCA et chercheuse CR-CISSSCA, domaine Société et Culture;
- **Nicole Mathieu**, représentante des personnes âgées et leurs proches;
- **Stéphane Turcotte**, biostatisticien DREU et CR-CISSSCA, domaine Nature et Technologie;
- **Valérie Roy**, représentante du CISSS de Chaudière-Appalaches;
- **Représentant.e des municipalités** (à déterminer)



## Bibliographie

- AZEREDO, A. C., et Frédéric F.PAYEUR. (2015). « Vieillissement démographique au Québec : comparaison avec les pays de l'OCDE », *Données sociodémographiques en bref. vol. 19, no 3*(Juin), p. 1-9.
- Berthiaume, R.,Vigneron L. (2023). Formation en ligne sur les marqueurs Living Lab. Llio et YUZA
- Dubé, P., Sarrailh, J., Billebaud, C., Grillet, C., Zingraff, V. et Kostecki, I. (2014). Qu'est-ce qu'un Living Lab? Le livre blanc des Living Labs. Dans: Montreal: Umwelt.
- Gauthier, J. e., Haggerty, J., Institut national de santé publique du Québec. Direction des systèmes de soins et politiques, p. et Hôpital Charles LeMoyné. Centre de, r. (2009). *Entre adaptabilité et fragilité les conditions d'accès aux services de santé des communautés rurales et éloignées : rapport de recherche*. Direction des systèmes de soins et politiques publiques, Institut national de santé publique Québec
- Centre de recherche, Hôpital Charles LeMoyné. <https://www.deslibris.ca/ID/222213>  
<http://site.ebrary.com/id/10374534>
- Gouvernement du Québec. (2018). Les aînés du Québec : Quelques données récentes. Deuxième édition. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/ainee/aines-quebec-chiffres.pdf>
- INSPQ. (2022). Des lieux pour vieillir en bonne santé, No 9, avril 2022. <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2864-lieux-vieillir-bonne-sante.pdf>
- Institut de la statistique du Québec. (2022). Bulletin sociodémographique. 26 (4). 11 pages <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/mise-a-jour-2022-perspectives-demographiques-quebec-regions-2021-2066.pdf>
- Lupien, P.-L. (2019). Vieillissement démographique et inégalités environnementales et sociales en milieu rural et éloigné à partir de l'étude ethnographique d'une localité de services en gaspésie. Dans.
- MSSS (2021). Municipalité amie des aînés: programme de soutien à la démarche MADA Appel de projets 2021-2022 volet 2.
- Roy, M. et Prévost, P. (2013). La recherche-action : origines, caractéristiques et implications de son utilisation dans les sciences de la gestion. *Recherches qualitatives*, 32(2), 129-151. <https://doi.org/10.7202/1084625ar>