

2024 - Rapport d'activités du Comité des aînés du Laboratoire d'innovations par et pour les aînés, Centre de recherche sur le vieillissement

Le Comité des aînés du Laboratoire d'innovations par et pour les aînés a été formé en 2018. Il est composé actuellement un maximum de 11 sièges occupés par des citoyens et des organismes communautaires/associations offrant des services aux personnes aînées.

Un siège est réservé à la représentation de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie. Un autre, nouvellement comblé, est réservé à un membre de la gouvernance de Concertation aîné.es Sherbrooke. Cette représentation au sein du Comité des aînés permet de conjuguer les efforts de recherche avec les initiatives prioritaires de la région. Le Comité est à la recherche d'un représentant aîné issu des communautés culturelles.

Le Comité répond à 4 mandats :

Mandat de consultation : Émettre divers commentaires, avis et recommandations basés sur la connaissance expérientielle des personnes aînées en lien avec diverses initiatives de recherche.

Mandat de facilitation : Faciliter le lien vers divers aînés présentant certaines caractéristiques spécifiques et les équipes de recherche sur le vieillissement du CdRV notamment par l'identification et l'inclusion des personnes aînées pouvant agir comme partenaires de recherche. Faciliter le partenariat entre les équipes de recherche et le milieu communautaire.

Dans le cadre de ces deux premiers mandats, le Comité a été consulté à 10 reprises par les **équipes de recherche** au sujet de projets de recherche en cours ou des directions du CIUSSS (DCMU, Santé publique, CdRV) . Le Comité des aînés a également joué un rôle d'influence sur les réflexions entourant le **plan d'actions 2025-2031** afin de déterminer les actions à poser afin **d'améliorer et de développer, notamment, le partenariat citoyen.**

Le Comité des aînés a soutenu la demande de financement et la mise en œuvre de 12 projets intersectoriels par et pour les aînés impliquant les citoyens, les organismes communautaires ou associatifs, le CIUSSS de l'Estrie – CHUS et l'Université de Sherbrooke.

Mandat de réflexion, sensibilisation, action : Favoriser l'expression des besoins et les visions des personnes âgées, encourager leur participation afin de nourrir le dialogue avec la direction du CdRV et les équipes de recherche, encourager la mobilisation de la population face aux enjeux liés au mieux vieillir.

Mandat de représentation

Représenter le Comité des aînés du LIPPA lors de différentes activités scientifiques liées au CdRV. La représentation des aînés vise à renforcer le dialogue avec le CdRV pour encourager la participation des aînés à la vie scientifique du centre et à la co-construction de solutions innovantes.

En 2024, le Comité des aînés a représenté l'esprit du par et pour les aînés de manière plus marquée qu'en 2023). Il a participé activement à l'organisation et/ou la tenue de de 23 événements scientifiques et grand public (comparativement à 8 l'an dernier). En plus de contribuer activement aux travaux du comité scientifique du CdRV, il est présent à certaines activités de la programmation scientifique afin de mieux comprendre le monde de la recherche pour exercer une influence cohérente avec la mission et les valeurs du CdRV. Il participe notamment, à la planification et à la tenue de la **Journée Pivot** mettant en lumière les travaux scientifiques sur le vieillissement des étudiants de 2^e et 3^e cycles. Des membres portent également la voix du par et pour les aînés dans des événements publics tel que le lancement médiatique de l'Unité mobile, dans le cadre des **Échanges citoyens sur le vieillissement**, organisés deux fois l'an conjointement par le CdRV, des forums et des colloques portant des thèmes liés à la connexion sociale des aînés. Leur contribution à ces événements permet au CdRV de mieux comprendre les enjeux et les besoins des populations âgées et d'arrimer les efforts de recherche aux initiatives collectives émergentes.

En résumé, les actions du Comité des aînés ont permis de :

Projet/événement	Retombées :
<i>PREVENTING FALLS ONCE AND FOR ALL: An Accessible and Inclusive evidence informed exercise program.</i> - Programme optimisé en prévention des chutes –	- Adaptation d'un programme d'exercices physiques accessible aux personnes de toute condition physique et accessible en milieu rural - Permet aux personnes n'ayant pas accès au programme PIED de bénéficier d'un programme de prévention répondant aux plus hauts standards de recommandations - Permet aux personnes ayant bénéficié au programme PIED de maintenir leurs acquis - Le Comité a permis une création du contenu qui soit stimulant et porteur de sens (par exemple, expliquer brièvement pourquoi on fait tel ou tel exercice) afin de favoriser l'adhésion et la persévérance des aînés dans le programme. - Les vidéos d'exercices montrent une diversité corporelle et permettent des adaptations dans l'amplitude des mouvements. Ces recommandations permettent aux aînés de se reconnaître dans les situations montrées et d'éviter le « sentiment de honte de ne pas être en forme ». Ainsi, le Comité espère encourager l'adhésion au programme.
AGIR - École d'été sur l'âgisme en recherche – adressée aux étudiants 2^e et 3^e cycle	- Le Comité a émis des lignes directrices visant à mieux inclure les personnes aînées dans l'organisation et la tenue des trois jours de formation.

	- Il s'est prononcé sur la pertinence du contenu et a contribué par le partage de son expertise pendant l'événement. - Les liens créés entre les personnes âgées et les étudiants ont permis de rendre la formation solide et crédible par l'aspect expérientiel : les étudiants ont pu échanger avec des aînés ayant contribué à la recherche. - Le Comité a suggéré un atelier « Dans la peau d'un aîné » animé par un membre du Comité : cet atelier a permis aux étudiants de mieux comprendre la clientèle avec qui et pour qui ils travaillent.
Unité mobile de recherche du CdRV	- Projet appuyé par le Comité des aînés afin de favoriser l'accès aux innovations et à l'information aux personnes âgées vivant en ruralité et ne pouvant se déplacer à Sherbrooke - La conception des espaces et l'habillage ont été fait avec les recommandations du Comité des aînés afin que l'unité soit accessible et invitante. - Le Comité a encouragé et facilité la présentation de l'Unité mobile au public aîné dans le cadre du Salon 50+ de la FADOQ. - Des MRC (Granit et Haut Saint-François) ont manifesté l'intérêt d'accueillir des projets via l'Unité mobile.
Forum Vieillir, s'unir, agir – Santé publique	- Le Comité a permis aux organisateurs de prendre des orientations pertinentes et invitées pour adresser la question des enjeux prioritaires de

	la participation sociales des aînés à une population aînée. - Il a proposé des moyens pour permettre la participation des personnes vivant en ruralité. - Il a participé à la diffusion de l'événement dans son réseau afin de d'encourager la participation des populations aînées. Lors de l'activité, les citoyens aînés représentaient plus de 50% de l'auditoire.
Geriatric Enhanced Recovery After Surgery HIP Replacement (GERAS_PTH) : Développement d'un programme de réadaptation préopératoire multimodal d'une chirurgie élective de la hanche en cocréation avec les personnes âgées.	- Permet d'optimiser le temps d'attente pour une chirurgie de la hanche en favorisant la préparation à la chirurgie au sein du milieu communautaire. - Permet aux personnes aînées d'éviter le déconditionnement et le retrait social dû à la douleur. - Permet à la personne de se créer un réseau offrant du support avant et après la chirurgie. - Des membres du Comité des aînés ont participé aux comité d'orientation du projet ainsi qu'aux ateliers de co-construction. - Contenu adapté aux besoins des personnes aînées. - Informations diverses offerts selon les besoins et dans le respect des divers niveaux de littératie. - Intégration des proches dans le programme de préadaptation.