

# Les bibliothèques publiques du Québec : milieux de choix de l'intergénérationnel

Éventail de ressources pour soutenir les pratiques

**Fatima Ladjaj**

Directrice, Intergénérations Québec

**Johanne Filiatrault**

Professeure, Université de Montréal

**Valence Rondeau**

Agent.e d'animation et de formation,  
Intergénérations Québec

*Table-ronde dans le cadre des Rendez-vous des bibliothèques  
publiques du Québec, 2-3 mai 2024*



# Table-ronde en 3 volets

**Fatima  
Ladjadj**

Portrait d'Intergénérations Québec, sa mission, ses activités, ses ressources

**Johanne  
Filiatrault**

Une nouvelle trousse à l'intention des milieux impliqués dans l'action intergénérationnelle au Québec

**Valence  
Rondeau**

Quelques exemples concrets de pratiques intergénérationnelles pouvant être réalisées au sein des bibliothèques



1

# Intergénération Québec

# Mission de l'organisme

Favoriser le rapprochement  
des générations pour  
le développement d'une société  
**ouverte, inclusive et solidaire**



# Services et ressources

- Sensibilisation
- Valorisation
- Accompagnement
  - Outils/Formation
- L'intergénérationnel, levier de changement sociétal



## RÉSOT'ÂGES

Résot'âges, notre plateforme dynamique et interactive, recueille l'ensemble des activités intergénérationnelles québécoises ayant participé au concours de la Semaine québécoise intergénérationnelle.

L'objectif est de partager ces expériences avec celles et ceux qui s'impliquent dans des projets intergénérationnels et d'inspirer de nouvelles initiatives.





BÂTIR UNE SOCIÉTÉ PLUS  
SOLIDAIRE PAR LE BIAIS  
DES INITIATIVES  
INTERGÉNÉRATIONNELLES :

Trousse à l'intention  
des milieux d'action



Université  
de Montréal



Centre de recherche  
en santé  
et en services  
sociaux  
de l'Université  
de Montréal



2

# Une trousse à l'intention des milieux d'action

# Origine de la trousse

- ❖ Essor de la recherche dans le domaine intergénérationnel et efforts de synthèse et de transfert des connaissances nécessaires
- ❖ Besoin exprimé par les milieux d'action d'être mieux outillés dans le domaine intergénérationnel lors d'un forum organisé par Intergénérations Québec en 2019



Appel à projets par le Secrétariat aux aînés (SA) du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

- Volet solidarité et dialogue intergénérationnels



## BÂTIR UNE SOCIÉTÉ PLUS SOLIDAIRE PAR LE BIAIS DES INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES :

Trousse à l'intention des milieux d'action



Université de Montréal



Centre québécois de recherche et de services en matière de vieillissement Québec



## Table des matières

1	Avant-propos	5
2	Bienfaits des activités intergénérationnelles	15
3	Pratiques intergénérationnelles inspirantes	21
4	Planification des activités intergénérationnelles	30
5	Déploiement des activités intergénérationnelles	68
6	Évaluation des activités intergénérationnelles	71
7	La connexion virtuelle au service de la connexion intergénérationnelle	86
8	Conclusion	117
9	Annexe - Répertoire de ressources complémentaires	119



# 2

## BIENFAITS DES ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

Retour table  
des matières

## CE QUE LES ÉTUDES EN DISENT...

S'engager dans des projets intergénérationnels peut procurer de nombreux **bienfaits chez les aînés**



### Sur le bien-être psychologique :

- Amélioration de l'estime de soi
- Diminution de l'anxiété et du stress
- Humeur plus positive
- Expérience de plaisir
- Diminution de symptômes dépressifs
- Sentiment d'être utile et engagé dans un projet significatif

### Autres bienfaits :

- Amélioration de la condition physique
- Amélioration du niveau d'activité physique
- Amélioration du réseau social et du soutien social
- Amélioration de la qualité de vie et du bien-être en général



Ce sujet vous intéresse?  
Apprenez-en plus en  
[cliquant ici](#)  
Ou à l'aide de ce code QR





## 4

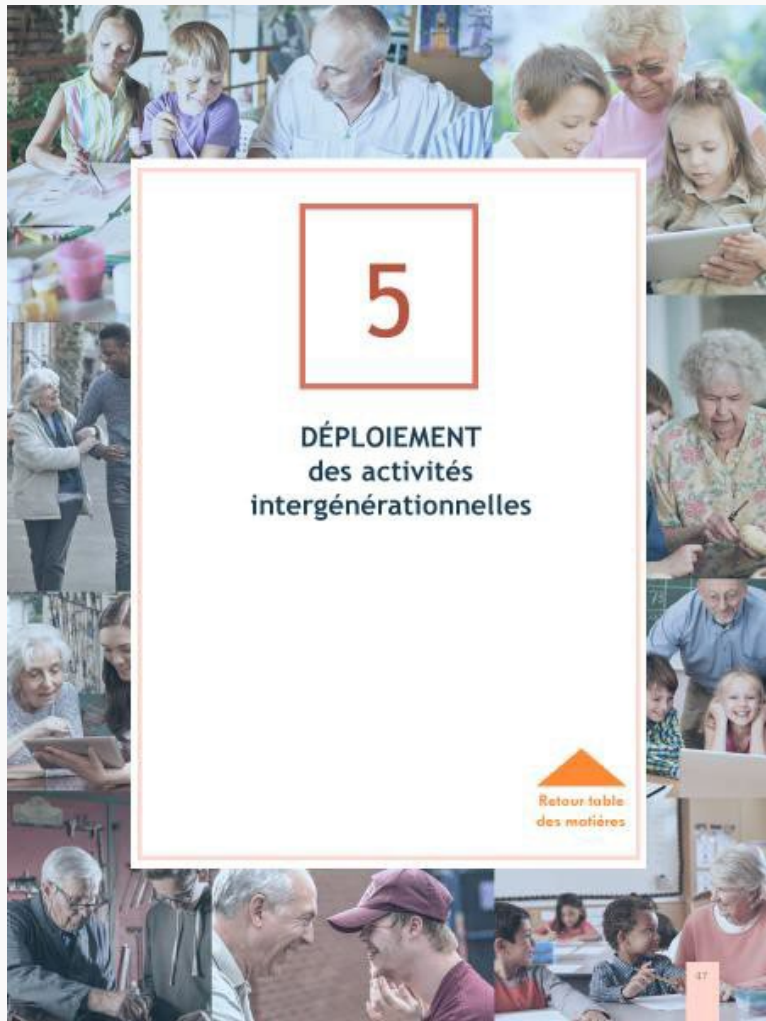
## PLANIFICATION des activités intergénérationnelles



Retour-table  
des matières

Cette section de la trousse invite les personnes souhaitant initier un projet intergénérationnel à se poser une série de questions importantes avant de se lancer dans l'action. Au fil de la section, des liens vers certaines ressources utiles et des données issues de la recherche sont présentés.

<b>Pourquoi?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À quels besoins ce projet répond-il?</li> <li>• Quels sont les objectifs ciblés?</li> </ul>
<b>Pour qui?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelles sont les personnes impliquées dans le rapprochement intergénérationnel?</li> <li>• Quelles sont leurs caractéristiques?</li> </ul>
<b>Qui est impliqué?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qui est impliqué dans le projet intergénérationnel?</li> <li>• Quels sont les partenariats à établir?</li> <li>• Quels seront les rôles de chacun?</li> </ul>
<b>Quoi?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En quoi consiste le projet ou l'activité intergénérationnelle?</li> </ul>
<b>De quoi a-t-on besoin?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelles sont les ressources humaines, matérielles et financières nécessaires à la mise en œuvre du projet?</li> <li>• Comment obtenir les ressources manquantes?</li> </ul>
<b>Quel format?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quel est le format optimal pour cette activité?</li> </ul>
<b>Quelle dose?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelle sera la durée/la fréquence de l'activité?</li> </ul>
<b>Où?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À quel endroit se déroulera l'activité?</li> </ul>
<b>Quand?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quel sera le moment optimal pour tenir l'activité?</li> </ul>



5

## DÉPLOIEMENT des activités intergénérationnelles

Retour table  
des matières

### Au tout début de l'activité



#### Une activité brise-glace!

Il peut être utile de réaliser une activité brise-glace juste avant de démarrer votre activité intergénérationnelle pour permettre aux participants de s'approprier et pour créer un climat propice aux échanges.



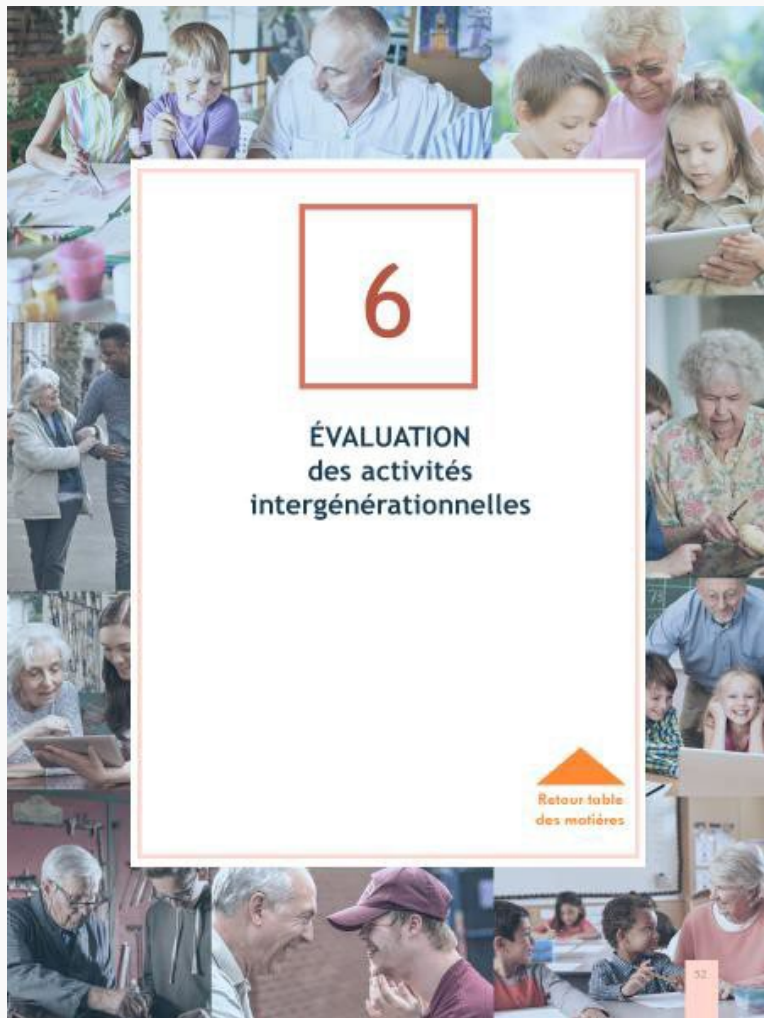
#### Des questions faciles...

Une façon très simple de briser la glace qui nécessite peu de préparation est de faire une liste de questions peu confrontantes, que les participants peuvent piger à tour de rôle pour apprendre à se connaître.



Trouvez des idées  
d'activités brise-glace  
à la page suivante!

ex: Sucré ou salé? Oiseau de nuit ou lève-tôt?  
Saison préférée? Mets préférés?



# 6

## ÉVALUATION des activités intergénérationnelles

Retour-table  
des matières

## POURQUOI évaluer ?

L'évaluation peut être utile à bien des égards. Elle peut notamment contribuer à guider la prise de décisions éclairées relatives à l'activité intergénérationnelle. **Devrait-on la réaliser de nouveau ? Si oui, mérite-t-elle quelques ajustements dans sa planification ou son déploiement pour en tirer le maximum de bénéfices ?**

En plus de nous éclairer sur ces questions importantes, les **résultats de l'évaluation peuvent contribuer à...**

- Améliorer le processus de recrutement de participants, de bénévoles ou de partenaires
- Promouvoir les activités et les services de son organisation
- Appuyer la pertinence d'une initiative intergénérationnelle dans une demande de fonds
- Préparer le rapport d'activités annuel de votre organisation
- Informar les bailleurs de fonds des résultats d'une initiative intergénérationnelle
- Inspirer et stimuler la multiplication des initiatives intergénérationnelles

Il peut s'avérer utile d'indiquer à vos participants quels sont les objectifs de votre évaluation. Ainsi ils sauront que celle-ci ne vise pas à porter un jugement sur eux, mais plutôt sur l'activité.



# 7

## La connexion virtuelle au service de la connexion intergénérationnelle

Retour table  
des matières

## UN PROGRAMME D'ICI...

### Le programme Parrainé.e.s

Porté par Katalizo et ses partenaires, Parrainé.e.s est un programme de jumelage intergénérationnel visant à soutenir le développement des capacités numériques des personnes âgées afin de contrer l'isolement et lutter contre l'âgisme.

Concrètement, les personnes (jeunes et aînés) inscrites à Parrainé.e.s participent à :

- une rencontre d'introduction
- une activité préparatoire pour les aînés ou une formation pour les jeunes
- un jumelage s'échelonnant sur 6 semaines avec des séances d'une heure par semaine
- un événement de fin de parcours servant à recueillir la rétroaction des participants sur le programme

Les résultats préliminaires d'une étude en cours portant sur l'évaluation des effets et le déploiement de Parrainé.e.s semblent appuyer certains bienfaits du programme, soit :

- une amélioration des compétences numériques des aînés;
- le développement de compétences relationnelles et de communication chez les jeunes;
- la création de relations enrichissantes et significatives basées sur le partage bidirectionnel d'expériences.

L'expérience cumulée jusqu'à maintenant montre qu'une attitude ouverte et sans jugement entre les

participants, l'encadrement des jeunes, le suivi périodique auprès des aînés et le partage de connaissances sans pression et dans le plaisir sont des ingrédients contribuant au succès du programme!

Les participants mentionnent toutefois qu'ils apprécieraient que le programme soit plus long afin qu'ils puissent mieux ancrer leurs apprentissages et explorer plus en profondeur certaines applications.







9

ANNEXE

Répertoire de ressources  
complémentaires



## TYPES DE RESSOURCES : UN APERÇU



Cette dernière section de la trousse d'outils contient des ressources complémentaires variées dans le domaine intergénérationnel.

### TYPES DE RESSOURCES

ARTICLES ET DOCUMENTS ACCESSIBLES AU GRAND PUBLIC

GABARITS DE FORMULAIRES

GUIDES DE PRATIQUE

INFOGRAPHIES

ORGANISMES DE FINANCEMENT

REGROUPEMENTS ET AUTRES ORGANISMES

RESSOURCES AUDIO

RESSOURCES VIDÉO

AUTRES RESSOURCES

3



# Des initiatives prometteuses

# Lire et faire lire

- Programme intergénérationnel en lecture actif à l'échelle du Québec
- Bénévoles: adultes de 50 ans et plus, disponibles le jour, 1 hre/sem., pendant 8 semaines consécutives
- Partage de l'amour pour les livres et la lecture avec un petit groupe d'enfants âgés de 4 à 8 ans



<https://www.lireetfairelire.qc.ca/>

# Des programmes intergénérationnels de développement des compétences numériques

- Des programmes intergénérationnels de développement des compétences numériques ont vu le jour au cours des dernières années (ex.: programme *Parraîné.e.s*)
- Des jeunes enseignent aux aînés comment utiliser les technologies
- Les aînés partagent leurs savoirs et expériences de vie



# Au fil de l'autre

- Création de fresques de broderie collaboratives (projet de l'organisme Points communs)



# Merci pour votre participation!

**Fatima  
Ladjadj**

@: [direction@intergenerationsquebec.org](mailto:direction@intergenerationsquebec.org)

☎: (514) 382-0310, poste 209

**Johanne  
Filiatrault**

@: [johanne.filiatrault@umontreal.ca](mailto:johanne.filiatrault@umontreal.ca)

☎: (514) 343-6111, poste 0836

**Valence  
Rondeau**

@: [formation@intergenerationsquebec.org](mailto:formation@intergenerationsquebec.org)

☎: (514) 382-0310, poste 125