

# Ateliers intergénérationnels favorisant la résilience

Par Anouchka HAMELIN<sup>1</sup>, Colette JOURDAN-IONESCU<sup>1</sup>, Lyson MARCOUX<sup>1</sup> & Manon JEAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Université du Québec à Trois-Rivières (uqtr.ca) <sup>2</sup>Arbre en Coeur (arbreencoeur.com)



## Contexte théorique

### Situation actuelle au Québec

- Augmentation de l'espérance de vie et de la population des 65 ans et plus
- 2051: ¼ de la population québécoise sera âgé de plus de 65 ans (Gouvernement du Québec, 2012, 2015)

### Défis sociaux associés à cette situation

- Besoins psychologiques des personnes âgées: Isolement social, trouble de l'humeur (dépression) et anxiété (Pillai & Verghese, 2009; Gaggioli et al., 2014; Wilson et al., 2007).

### Âgisme

- Définition: Toute forme de discrimination reliée à l'âge d'une personne.
- Les personnes âgées sont vulnérables aux stéréotypes sociaux qui, une fois intégrés, contribuent à altérer le fonctionnement cognitif des personnes âgées et contribue à l'apparition d'une démence (Levy et al., 2012).
- Les jeunes enfants sont plus vulnérables au développement d'idées préconçues et irrationnelles à l'égard d'une population peu connue (Middlecamp & Gross, 2002).

### Bénéfices de rencontres intergénérationnelles

- Pour les personnes âgées: une amélioration de l'estime de soi, une satisfaction face à la vie, un sentiment de solitude diminué et une humeur améliorée (Gaggioli et al., 2014).
- Pour les enfants: une amélioration des capacités attentionnelles, de la qualité du langage, une diminution des comportements problématiques (Femia et al., 2008) et une attitude plus favorable à l'égard du vieillissement (Chamberlain et al., 1994).
- Pour les deux groupes: une amélioration du niveau de bien-être, un soutien social favorisé, l'adoption d'attitudes positives, une satisfaction face à la vie, en plus de faciliter la création de relation entre les aînés et les enfants (Kamei et al., 2011).

L'objectif de cette communication est de présenter une réflexion sur les facteurs de résilience en lien avec le programme d'intervention « Arbre en cœur » appliqué en ateliers intergénérationnels.

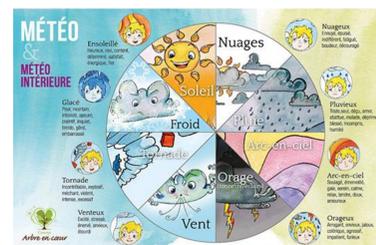
### Description des ateliers

10 rencontres de 1h30 chacune  
1 rencontre/semaine  
9 rencontres à la résidence des personnes âgées  
1 rencontre dans la classe de maternelle

25 femmes  
âgées  
de 70 à 85 ans

15 enfants âgés  
de 5 à 6 ans  
9 garçons  
6 filles

Numéro de certificat d'éthique de l'UQTR: CER-13-195-07.17



Composantes  
du programme

Facteurs reliés  
à la résilience



**Effets pour les enfants:**  
 Changement de perception des aînés  
 Diminution des craintes et des stéréotypes  
 Gestion et expression émotionnelles améliorées  
 Créer des relations avec des personnes d'âge différent

**Effets pour les aînés:**  
 Prise de conscience des différences générationnelles  
 Favorise la mise en action par la participation aux activités et HDV  
 Contact relationnel avec des enfants  
 Gestion des émotions améliorée  
 Amélioration de l'humeur

De sincères remerciements aux enfants et aux personnes âgées ayant participé à ce projet de recherche, à Manon Jean pour le développement d'un programme d'intervention basé sur la pleine conscience, au personnel de l'école Beauséjour et de la résidence La Villa Domaine St-Grégoire pour leur collaboration.