

Mesurer l'impact du projet Travaillons ensemble à notre bien-être



1. INTRODUCTION

Retraite active de Peel (RAP) est le principal organisme qui offre des services en français aux personnes de 55 ans et plus dans la région de Peel.

Les aînés francophones tout comme leurs concitoyens anglophones font face à des facteurs de risque d'isolement social, tel que vivre seul, disposer de faibles revenus, prendre sa retraite, déménager, être éloigné de la famille et plus encore. Les conséquences peuvent mener à des problèmes de santé, à la dépression, à l'insécurité et à la diminution d'activités et de contacts avec leurs pairs. La liste est longue.

Dans le cadre du projet « Travaillons ensemble à notre bien-être » Retraite active a pu rejoindre les aînés francophones de la région; leur fournir des programmes culturels, santé bien-être, récréatifs et éducationnels. Grâce à l'obtention d'une subvention du *Programme Nouveaux Horizons pour les aînés* ces programmes ont permis de créer un environnement favorable à la participation sociale.

2. OBJECTIF ET MÉTHODOLOGIE

Retraite active de Peel a effectué un questionnaire sondage en ligne, auprès de ses membres, et a également distribué des copies en papier pour ceux et celles qui ne pouvaient pas l'accéder en ligne.

Le sondage avait pour objectif de s'assurer que les activités offertes dans le cadre du projet «Travaillons ensemble pour notre bien- être » créent un impact sur la vie de ses membres en abordant les trois volets suivants.

- . Volet santé activités physiques
- . Volet social et culturel Arts et artisanat
- . Volet éducationnel

Nous avons également posé une question sur la fréquence de participation aux activités offertes ainsi qu'une question démographique propre à notre groupe d'aînés.

Le taux de réponses au sondage est de plus de 40%. En résumé, les résultats du sondage démontrent une grande satisfaction vis-à-vis les activités auxquelles les membres ont participé.

3. ANALYSE DES RÉSULTATS

La première question était d'ordre général et demandait aux membres leur degré de satisfaction concernant les activités.

- 87% ont répondu - **Très satisfait**
- 11% Satisfait
- 2% Peu ou pas satisfait

Les commentaires sont très positifs et confirment la satisfaction des répondants. Ce qui illustre le mieux leur contentement est cette petite phrase :

« Apporte du soleil »

La deuxième question portait sur la fréquence de la participation des membres aux activités.

Il faut tenir compte ici que Retraite active offre ses activités 2 jours semaine seulement au Centre Frank McKechnie.

Notons également que certaines activités physiques comme la marche nordique et les repas communautaires ont lieu à l'extérieur.

- 38% des répondants participent 2 fois par semaine
- 22% des répondants participent 1 fois par semaine

Les autres membres participent de 1 à 2 fois par mois ou de temps en temps.

Le résultat principal démontre un intérêt certain pour les activités offertes. En général, l'âge ne semble pas être un facteur de non participation. Une question se pose toutefois, si le Centre offrait un ou deux jours de plus à Retraite active, est-ce qu'il y aurait autant de participation ?

La troisième question demandait aux participants est-ce que les activités vous ont permis de :

- 93% ont répondu oui à - faire de nouvelles connaissances
- 91% ont répondu oui à - bénéficier d'activités sociales et culturelles
- 66% ont répondu oui à - améliorer votre bien-être physique
- 62% ont répondu oui à - faire des choix plus sains en santé
- 66% ont répondu oui à - utiliser ou découvrir des nouveaux talents

Les résultats témoignent que Retraite active répond bien aux besoins de ses membres. De plus, le fait que 93% désirent faire de nouvelles connaissances suggère l'intention de rester davantage en contact avec les autres.

Il ne faut pas s'étonner du fait que les répondants ont souligné la chance et le plaisir d'avoir des activités en français, développées pour eux étant donné qu'il y a très peu de services ou d'initiatives pour les aînés francophones dans la région de Peel.

Les activités culturelles, entre autres l'ART, sous toutes ses formes d'expressions, ont permis à un grand nombre de membres, femmes et hommes, d'apprendre et de découvrir leurs talents.

« Je me suis découvert des talents insoupçonnés en art »

La question quatre demandait pour quelles raisons participez-vous aux activités ?

- 49 % ont répondu - améliorer ma santé
- 73 % ont répondu - être plus actif, active
- 88 % ont répondu - rencontrer d'autres francophones
- 55 % ont répondu - faire des activités physiques
- 71 % ont répondu - découvrir, apprendre
- 82 % ont répondu - développer des connaissances

Les réponses des questions 3 et 4 suggèrent en particulier, que les participants désirent communiquer avec leurs pairs 88% et possiblement avoir une vie sociale plus active.

De plus, l'intention d'apprendre et de découvrir 71%, propose une attitude positive et de l'assurance vers le nouveau ou l'inconnu.

Le taux de 66% concernant la santé par des activités physiques indique que les répondants aspirent à demeurer en santé et actifs le plus longtemps possible.

« Ces activités sont nécessaires pour ma santé physique et morale
puis elles sont en français ce qui est important pour moi »

La question cinq demandait le taux de satisfaction sur chaque activité proposée.

Le tableau indique chaque catégorie d'activité. Il est bon de retenir ici que toutes les personnes qui ont répondu au sondage n'ont pas nécessairement participé à toutes les activités.

(Voir tableau annexe A page 6)

4. PROFIL DÉMOGRAPHIQUE DES RÉPONDANTS

Des personnes qui ont répondu :

- 21% sont du groupe d'âge 70-79 ans
- 20% sont du groupe d'âge 60-79 ans

Une personne a 90 ans+ et une autre est dans le groupe 50-59 ans.

13% sont des femmes et 2.7% des hommes.

Encore une fois soulignons que certaines personnes n'ont pas répondu à cette question.

Retraite active devra peut-être se poser la question - Est-ce que l'âge de ses membres aura un impact sur ses activités futures ?

La majorité des membres demeure à Mississauga, suivi par Brampton. La plupart habite dans leur maison et conduit leur voiture. Un petit groupe indique le besoin de covoiturage.

CONCLUSION

Tout compte fait, Retraite active de Peel joue un rôle essentiel dans la vie des aînés francophones de la région.

Les résultats du projet « Travaillons ensemble à notre bien-être » démontrent nettement la volonté des membres de briser l'isolement, d'être plus actif physiquement, de communiquer avec leurs pairs et d'améliorer leur santé.

Il est évident que les membres trouvent du bonheur à se découvrir des talents ainsi qu'à participer à des activités récréatives et culturelles, en français.

Suite aux réponses positives et au grand degré de satisfaction des membres, il apparaît évident que Retraite active de Peel devra considérer tous les moyens possibles pour continuer à offrir des activités de qualité au Centre Frank McKechnie ou ailleurs.

5. Veuillez indiquer votre taux de satisfaction concernant les activités suivantes :

Activités 2019-2020	Très satisfait(e)	Satisfait(e)	Peu ou pas satisfait(e)	Sans objet Je n'ai pas assisté
Volet santé et activités physiques				
Pilâtes	15	1		15
Marches nordiques	19	2		17
Programme Autodéfense Instinct - COPA	5	2	1	27
Ateliers sur la nutrition	14	13	1	12
Démonstration culinaire pour les hommes	10	3		24
Conférence sur la maladie d'Alzheimer par Dr. Proulx	27	6		7
Programme « Mémoire et vieillissement	23	4		14
Volet social et culturel				
Arts et artisanat				
Atelier initiation au dessin	9	1		28
Ateliers initiation au Vitrail	11	1		27
Ateliers Folk Arts et art moderne	9	3		27
Volet éducationnel				
Informatique . Restons branchés!	17	8	2	15
Rencontre d'une auteure Monia Mazigh	20	1		15
Conférence : les bienfaits du bénévolat	21	2	1	16