



▢ [Répertoire](#)

Qu'est-ce qu'un centre communautaire pour aînés (CCA) ?

Un centre communautaire pour aînés est un organisme à but non lucratif destiné aux personnes de cinquante (50) ans et plus qui veulent demeurer socialement actives et/ou qui ont besoin de services favorisant leur maintien dans la communauté.

Le centre se développe en fonction des besoins et aspirations des aînés de la communauté qu'il dessert. Il constitue un milieu de vie social, éducatif et communautaire où les aînés se regroupent et se donnent ensemble des moyens pour conserver ou reconquérir leur autonomie. Dans cet esprit, chaque centre est unique et l'approche préconisée, «par, pour et avec», valorise l'appropriation du pouvoir d'agir (empowerment) des aînés.

Le point d'ancrage d'un centre est le bénévolat réalisé par les personnes aînées. Celles-ci

s'engagent dans la vie de l'organisme en participant au processus décisionnel, en s'impliquant dans la conception, la mise en œuvre et la livraison d'activités et de services. Cette structure fait appel au savoir et au savoir-faire des aînés qui contribuent ainsi à l'amélioration de leur qualité de vie. Par leur implication, les aînés participent à l'enrichissement de leur collectivité et à la consolidation du tissu social qui la compose.

Les objectifs des CCA sont de :

- Promouvoir une image positive des aînés;
- Favoriser la participation sociale et les interactions avec la communauté environnante;
- Aider à maintenir l'autonomie physique et intellectuelle;
- Voir à l'organisation d'activités correspondants aux besoins et aux intérêts des aînés;
- Stimuler l'entraide sous diverses formes;
- Favoriser l'émergence du leadership;
- Faciliter la prise en charge et la participation de l'aîné à l'amélioration de sa qualité de vie;

- Susciter le développement de projets novateurs.

Population rejointe

Les centres communautaires sont ouverts à toutes les personnes retraitées et préretraitées de 50 ans et plus en général, de tous les milieux et de toutes les cultures, ainsi que d'une culture spécifique. Ces personnes sont autonomes ou en légère perte d'autonomie et souhaitent maintenir leur autonomie par la participation sociale et communautaire.

Services et activités

Par son action, le centre vise à développer l'autonomie des aînés, à améliorer leur qualité de vie, à favoriser leur participation au processus décisionnel et leur prise en charge.

En général, mais toujours liés aux caractéristiques de leur milieu, les centres développent différentes activités et programmes visant le bien-être des personnes âgées. On peut nommer, entre autres :

Activités éducatives : cours des langues, artisanat, divers ateliers (création littéraire, informatique, aquarelle, peinture, dessin, tricot, bricolage, théâtre, etc.), conférences, cours de danse, clinique d'impôts, etc.

Activités sociales : scrabble, danse, bingo, voyages, dîners d'amitié, pétanques, cartes, rencontres informelles pour briser l'isolement, café-rencontres, philatélie, activités intergénérationnelles, sacs de sable, etc.

Activités culturelles : théâtre, chorale, visites des musées et bibliothèques, cercles de lecture, peinture, aquarelle, expositions, etc.

Activités liées au bien-être de la personne : ateliers de stimulation de la mémoire, yoga, prévention des chutes, d'abus et de violence, clinique de vaccination, conditionnement physique adapté, services d'accueil personnalisé, d'écoute et de référence, services adaptés pour aînés vulnérables, soutien aux proches aidants, ateliers et formations liés à la santé et au bien-être des aînés (cliniques de pression artérielle, de soins pour les pieds, gestion du stress, deuil, etc...), taï chi, ateliers de préparation à la retraite, club de marche, programme VieActive (programme qui a pour objectif d'encourager la pratique régulière d'activités physiques chez les personnes âgées de 50 ans et plus), etc.

Services liés à l'entraide et au maintien dans la communauté : carrefours d'information pour aînés (service d'accompagnement personnalisé pour les formulaires gouvernementaux et autres démarches administratives), cliniques d'impôts, accompagnements divers, services de

repas, initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité, aide aux commissions, appel de sécurité et d'amitié, accompagnement-transport pour rendez-vous médicaux, transport pour repas communautaires, dîners communautaires, popote roulante, etc.