The Council on Aging of Ottawa | Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa

Guide du logement 2026

pour les personnes aînées d'Ottawa (Troisième édition)

Annexes



Préparé par :
le Comité du logement adapté aux aînés

Table des matières

Section 8
ANNEXES

Annexe 1 Ressources de soins à domicile et de soutien communautaire 63

Annexe 2 Ressources financières 65

Annexe 3 Services de logement 68

Annexe 4 Idées et ressources pour l'adaptation du domicile 71

Annexe 5 Droits et responsabilités du locateur et du locataire 77

Annexe 6 Exemples d'options de logement innovantes 80

Annexe 7 OASIS : exemple d'un programme CRN réussi 82

Annexe 8 Ressources sur les communautés naturelles de retraite (NORC) 85

Annexe 9 Ressources de préparation aux situations d'urgence 87

Annexe 10 Maltraitance envers les personnes âgées 89

Annexe 11 Plaidoyer pour améliorer le logement adapté aux aînés 91

Annexe 12 Comités et organismes liés au logement 93

Annexe 13 Développer les liens sociaux 95



Council on Aging of Ottawa (2026). Housing Guide for Ottawa's Older Adults 2026 (Third Edition).

ANNEXE 1

Ressources de soins à domicile et de soutien communautaire

Que vous soyez propriétaire ou locataire, les services de soins à domicile et de soutien communautaire peuvent vous aider à demeurer chez vous. Vous trouverez ci-dessous les principales ressources répertoriées dans le guide pour Ottawa.

Soins à domicile

Santé à domicile Ontario- région de Champlain

Pour demander des services de soins à domicile et de soutien communautaire à Ottawa et dans les environs, remplissez le formulaire indiqué dans le guide ou composez le 310-2222 (sans indicatif régional), le 1-800-538-0520 (sans frais) ou le 613-745-5525.

» Santé Ontario à la maison : Téléphone : 310-2222. Site : https://ontariosanteadomicile.ca

» Sante à domicile Ontario- Région Champlain. Téléphone : 1-800-538-0520. Site : https://ontariosanteadomicile.ca/champlain

» Pour commencer : https://ontariosanteadomicile.ca/pour-commencer

Bureaux à Ottawa

» Bureau principal et adresse postale : 4200, rue Labelle, bureau 100, Ottawa, K1J 1J8

» Bell's Corners : 301, promenade Moodie, bureau 105, Ottawa, K2H 9C4

Types de services offerts à domicile

» Professionnels de la santé : soins infirmiers, physiothérapie, ergothérapie, orthophonie, travail social et conseils en saine alimentation.

» Services de soutien personnel : aide au lavage, au bain, aux soins buccaux, aux soins préventifs de la peau, aux soins courants des mains et des pieds, aux transferts (chaises, véhicules, lits), à l'habillage, à l'alimentation et à l'utilisation des toilettes.

» Services d'aide-ménagère : entretien ménager, lessive, courses, opérations bancaires, paiement des factures, planification des menus et préparation des repas.

» Soins de fin de vie à domicile.

Services de soutien dans la communauté

De nombreux organismes offrent également des services communautaires aux personnes âgées souhaitant continuer à vivre de manière autonome à la maison. Parmi les exemples cités : livraison de repas, transport, entretien et réparation à domicile, services sociaux ou récréatifs, services de référence pour l'aide à domicile et le soutien au deuil.

- **211 Ontario :** service gratuit, confidentiel et accessible 24 h sur 24, 7 jours sur 7, qui met rapidement les personnes en relation avec les services sociaux et communautaires dont elles ont besoin. Téléphone : 2-1-1 ou 1-877-330-3213. Clavardage en direct du lundi au vendredi, de 7 h à 21 h. Texto 2-1-1 en tout temps. Courriel : besoindaide@211ontario.ca. Site : https://211ontario.ca
- **ACCESS CSS** - Portail qui aide les personnes âgées, les aînés et les adultes vivant avec un handicap dans l'Est de l'Ontario à repérer les services appropriés. Site: https://www.accesscss.ca/fr-ca. Dans le site, sélectionner « J'aimerais faire ma recherche moi-même.
- **Formulaire de contact :** https://www.accesscss.ca/contact-us
- **Service d'appui à domicile d'Ottawa :** offre de l'aide pour l'entretien ménager léger aux résidents admissibles à faible revenu qui ont un besoin médical et peu ou pas de soutien dans la communauté. Les tâches peuvent comprendre l'entretien des planchers, des salles de bains, de la buanderie et de la cuisine, ainsi que l'époussetage léger. Téléphone : 3-1-1, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h; choisir la langue (1 anglais, 2 français), puis 4 pour
- **Services communautaires et sociaux.** ATS : 1-800-855-0511. Courriel : CommunitySupports@ottawa.ca. Site : https://ottawa.ca/fr/famille-et-services-sociaux/aide-sociale-et-financiere/soumettre-une-demande-pour-de-laide-financiere/services-dappui-domicile
- **LigneSanté Champlain – Soutien à domicile et en milieu communautaire :** répertoire des services de santé à domicile et des soutiens communautaires. Exemples de thèmes : visites amicales, aide à domicile, entretien et réparation, services aux proches aidants, etc. Téléphone : 310-2222. Site : https://www.lignesantechamplain.ca/listCategories.aspx?id=10012
- **LigneSanté Champlain – Soutien à domicile et en milieu communautaire:** les centres de santé communautaire offrent des soins primaires et mettent les personnes en contact avec des services communautaires et de soutien à domicile gratuits ou à faible coût. Les services peuvent comprendre un répertoire d'aide à domicile, le transport aux rendez-vous médicaux, Aide au magasinage, Épicerie amicale, Visite amicale, Programme Snow Go, le programme de soutien aux proches aidants et le programme de soutien au deuil. Site : https://www.lignesantechamplain.ca/listservices.aspx?id=10652
- Plusieurs agences privées offrent également des services de soutien personnel contre rémunération. Le guide suggère une recherche en ligne avec les mots-clés « services de soins à domicile pour les personnes âgées à Ottawa».

ANNEXE 2

Ressources financières

Les organismes et ressources ci-dessous peuvent fournir de l'information et des services pour favoriser le maintien à domicile. Le guide précise que certains prêts ou programmes de report peuvent être inscrits contre la propriété et que ces programmes peuvent évoluer avec le temps.

Programmes de la Ville d'Ottawa

Programme de soutien essentiel en matière de santé et d'aide sociale : sur la page « Guide des services et programmes destinés aux personnes âgées », aller à l'onglet « Services de santé et d'accompagnement». Ce programme s'adresse aux personnes à faible revenu et ayant peu d'actifs. Il peut aider à payer des articles liés à la santé, tels que les médicaments sur ordonnance, les lunettes, les soins dentaires, les fournitures pour le diabète et l'incontinence, les aides pour la salle de bains, les fournitures respiratoires et les appareils de mobilité. Pour présenter une demande ou obtenir des renseignements : composer le 3-1-1, choisir la langue, appuyer sur 4 pour Social Services puis sur 3 pour faire une demande. Site : https://ottawa.ca/fr/famille-et-services-sociaux/aide-sociale-et-financiere/soumettre-une-demande-pour-de-laide-financiere/les-soutiens-essentiels-de-sante-et-de-services-sociaux-sesss

Programme de maison durable d'Ottawa : programme de prêt pour les rénovations d'efficacité énergétique. L'objectif est de réduire la consommation d'énergie et les émissions de gaz à effet de serre. Site : https://betterhomesottawa.ca/fr/programmes-de-rabais-et-incitatifs/le-programme-de-prets-pour-la-mise-en-valeur-des-habitations-dottawa/

Ajustements fiscaux, remboursements et reports : la Ville peut annuler, réduire ou rembourser une partie ou la totalité des taxes foncières pour les personnes admissibles.

Programme de report intégral de la taxe foncière : report complet des taxes foncières annuelles, à taux d'intérêt réduit, pour les propriétaires admissibles à faible revenu.

Programme de report partiel de l'impôt foncier : report partiel des taxes foncières annuelles, à taux d'intérêt réduit, pour les propriétaires admissibles.

Renseignements sur les taxes foncières : https://ottawa.ca/fr/vivre-ottawa/impots/impot-foncier/ajustements-fiscaux-reductions-dimpots-et-reports-dimposition?page=2237541

Programme de report de paiement pour les services d'eau : programme de report des factures d'eau pour les personnes âgées à faible revenu et les personnes handicapées. Site : https://ottawa.ca/fr/vivre-ottawa/factures-des-services-deau/programme-de-report-des-factures-des-services-deau?page=2237586

Programmes du gouvernement de l'Ontario

Programme de remise rénovation maison : remises pour les rénovations domiciliaires et les améliorations écoénergétiques, notamment les évaluations énergétiques, les fenêtres et portes, l'isolation, les thermostats intelligents, les chauffe-eau à thermopompe et les thermopompes à air. Site : https://www.homerenovationsavings.ca/fr-ca

Programme d'aide au paiement des factures d'énergie pour les personnes à faibles revenus (PAFE) : aide financière d'urgence pour les personnes qui accusent un retard de paiement de leur facture d'électricité ou de gaz naturel et risquent une interruption de service. Site : https://www.oeb.ca/consumer-information-and-protection/bill-assistance-programs/low-income-energy-assistance-program (En anglais seulement)

Répertoire des agences LEAP à Ottawa : https://www.oeb.ca/consumer-information-and-protection/bill-assistance-programs/low-income-energy-assistance-program/leap-agencies?combine=&field_utility_name_target_id=All&field_utility_type_target_id=All&field_city_target_id=123&items_p er_page=20 (En anglais seulement)

Programme d'aide à l'électricité de l'Ontario (PAEO) : réduction possible de la facture d'électricité en fonction de la taille du ménage et du revenu. Téléphone : 1-855-831-8151. Courriel : aide@AideElectriciteOntario.ca. Site : https://ontarioelectricitysupport.ca/

Crédit d'impôt pour l'énergie et l'immobilier de l'Ontario : prestation non imposable versée dans le cadre de Prestation Trillium de l'Ontario pour aider à payer l'impôt foncier et la taxe de vente sur les coûts énergétiques. Site : https://www.ontario.ca/fr/page/prestation-trillium-de-lontario

Programme ontarien d'adaptation des habitations et des véhicules : programme financé par le ministère des Services aux aînés et de l'Accessibilité et administré par March of Dimes Canada. Il finance des modifications de base au domicile ou au véhicule pour aider les personnes ayant une limitation de mobilité ou de fonctionnement au quotidien à vivre en sécurité à la maison, à conserver leur emploi et à participer à la vie communautaire. Site : https://www.marchofdimes.ca/fr-ca/Programmes/pahv/Pages/Accessibilite-maison-vehicule.aspx

Crédit d'impôt de l'Ontario pour les soins à domicile à l'intention des aînés : crédit d'impôt destiné aux personnes âgées à revenu faible ou modéré pour certaines dépenses médicales admissibles liées au maintien à domicile (appareils auditifs, lits d'hôpital, soins d'accompagnement, etc.). Site : https://www.ontario.ca/fr/page/credit-dimpot-de-lontario-pour-les-soins-domicile-lintention-des-aines

Crédit d'impôt de l'Ontario aux personnes âgées pour le transport en commun : crédit d'impôt possible pour les personnes de 65 ans et plus pour aider à couvrir les coûts de transport en commun. Site: https://www.ontario.ca/fr/page/credit-dimpot-de-lontario-aux-personnes-agees-pour-le-transport-en-commun

Ontario au travail : programme pouvant aider à couvrir les besoins de base comme la nourriture et le logement. Le montant dépend de la taille de la famille, du revenu, des actifs et des coûts de logement. Site : https://www.ontario.ca/fr/page/aide-sociale#section-0

Programme Peak Perks : incitatif financier pour les clients résidentiels qui acceptent de réduire leur climatisation en période de pointe et possèdent un thermostat intelligent admissible relié à un système central de climatisation ou à une thermopompe. Site : https://economisezlenergie.ca/Rabais-Energetiques/Peak-Perks

Programme « Save on Energy » pour l'accessibilité énergétique : améliorations écoénergétiques gratuites pour les ménages admissibles selon le revenu, y compris certains électroménagers, l'éclairage et l'isolation. Pour commencer : 1-844-770-3148 ou le formulaire en ligne. Site : - https://economisezlenergie.ca https://saveonenergy.ca/For-Your-Home/Energy-Affordability-Program

Subvention aux personnes âgées propriétaires pour l'impôt foncier : aide possible pour les impôts fonciers et les coûts énergétiques des propriétaires aînés à revenu faible ou modéré. Téléphone : 1-866-668-8297. Site : https://www.ontario.ca/fr/page/subvention-aux-personnes-agees-proprietaires-pour-limpot-foncier

Personnes âgées - Argent et finances : page d'information sur les programmes d'aide financière et les crédits d'impôt pour les dépenses médicales ou les modifications à la maison ou à la voiture. Site : https://www.ontario.ca/fr/document/guide-des-programmes-et-services-pour-les-aines/argent-et-finances

Programmes fédéraux:

Crédit d'impôt pour personnes handicapées (CIPH) : crédit d'impôt pour les personnes ayant une déficience physique ou mentale, ou pour les membres de leur famille qui les soutiennent. Il vise à compenser une partie des coûts liés à l'incapacité. Site : https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/segments/deductions-credits-impot-personnes-handicapees/credit-impot-personnes-handicapees/a-propos-ciph.html

Crédit d'impôt pour la rénovation d'habitations multigénérationnelles : crédit d'impôt remboursable unique de 15 % sur les coûts de rénovation admissibles, jusqu'à 50 000 $. Site : https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/programmes/a-propos-agence-revenu-canada-arc/budgets-gouvernement-federal/budget-2022-plan-faire-croitre-notre-economie-rendre-vie-plus-abordable/credit-impot-pour-renovation-habitations-multigenerationnelles.html

Autres renseignements utiles :

Ligne santé Champlain – Centres de ressources communautaires : certains centres de ressources communautaires offrent des services de conseil financier ou juridique.
Site : https://www.lignesantechamplain.ca/listservices.aspx?id=10259

Agence de la consommation en matière financière du Canada - Informations sur le prêt hypothécaire inversé: information sur les hypothèques inversées, soit des prêts destinés généralement aux propriétaires de 55 ans et plus permettant d'emprunter sur la valeur nette de la maison sans vendre le logement. Le guide recommande de consulter un conseiller financier. Site : https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/hypotheques/hypotheque-inversee.html.

ANNEXE 3

Services de logement

Services de logement

Action logement (Ottawa Est) : Organisme francophone situé à Vanier. Depuis 1989, il offre des services bilingues en prévention de la perte de logement et de l'itinérance à Ottawa, en partenariat avec les centres de santé, les centres de ressources communautaires et d'autres organismes. Services : intervention, prévention, counseling et accompagnement, demandes de logements abordables, facilitation de l'accès, services para juridiques, partenariats et plaidoyer. Adresse : 261, chemin Montréal, bureau 200. Téléphone : 613-562-8219. Site : https://www.action-logement.ca/fr/accueil/

Société Canadienne d'hypothèques et de Logement (SCHL)) : information pour les consommateurs sur la location, l'achat et la propriété d'un logement. Téléphone : 1-800-668-2642. Site : https://www.cmhc-schl.gc.ca/consommateurs

Ligne Santé Champlain : répertoire complet des logements sans but lucratif à Ottawa et dans les environs. Site : - Logement social : https://www.lignesantechamplain.ca/listservices.aspx?id=10865 :

Aide au logement (Ottawa Ouest) : aide à la recherche d'un logement abordable ; soutien en matière de contrôle des loyers, d'éducation des locataires et d'appui aux locataires de maisons de chambres. Services : intervention, prévention, counseling et accompagnement, demandes de logement abordable, facilitation de l'accès, services parajuridiques, partenariats et plaidoyer. Adresse: 1335, avenue Carling, bureau 214. Téléphone : 613-563-4532. Site : https://housinghelp.on.ca/fr/accueil/

Commission de la location immobilière (CLI) : organisme qui règle les différends entre locateurs et locataires résidentiels, ainsi que les demandes d'expulsion présentées par les coopératives d'habitation sans but lucratif. Il fournit également des informations sur ses pratiques, ses procédures ainsi que les droits et obligations prévus par la Loi sur la location à usage d'habitation. Téléphone : 1-888-332-3234. Site : https://tribunalsontario.ca/cli/

Le Registre Ottawa : organisme chargé de tenir la liste centralisée des personnes qui attendent un logement subventionné. Cinquante fournisseurs de logement à Ottawa offrent des logements avec un loyer indexé au revenu, des logements à loyer inférieur au marché et des logements avec soutien en passant par ce registre. Téléphone : 613-526-2088.
Site : https://housingregistry.ca/fr/

Logement avec soutien

Certaines personnes âgées ont besoin d'un soutien lié à la santé mentale ou à la dépendance, sans être prêtes pour les soins de longue durée. Le guide cite notamment :

Société John Howard Society d'Ottawa – Programmes résidentiels pour adultes : hébergement sûr et soutien intensif sur place pour aider les personnes à atteindre leurs objectifs de vie et à améliorer leur santé et leur bien-être. Ces résidences ne sont pas réservées aux aînés, mais une majorité des résidents y est aînée. Site : https://johnhoward.on.ca/ottawa/fr/nos-services/programmes-residentiels-pour-adultes

Logements accompagnés Salus : logement stable pour les adultes vivant avec une maladie mentale grave dans la région d'Ottawa. Site : https://www.salusottawa.org/supportive-housing - Site en anglais

Logement en milieu de soutien Shepherd : logements à long terme avec un soutien sur place, jour et nuit, pour des personnes de tous âges et de tous genres, y compris les aînés. Site : https://www.bdeottawa.com/logement-soutien-2

Programme de logement supervisé TRY : logement pour adultes seuls (18 ans et plus) en situation d'itinérance ou à risque de devenir itinérants et ayant besoin d'un soutien pour accéder à un logement permanent. Site : https://www.ymcaottawa.ca/fr/programmes/services-de-logement/programme-de-logement-supervise-try

Logement autochtone

Le guide renvoie aussi à deux ressources sur la stratégie de logement autochtone :

Assemblée des Premières Nations - Stratégie nationale pour le logement et les infrastructures : Site : https://afn.ca/fr/services-communautaires/logement-itinerance/

Actualités du secteur de la construction en Ontario - L'Ontario va de l'avant avec sa stratégie en matière de logement pour les Autochtones: Site : https://ontarioconstructionnews.com/ottawa-moves-forward-with-indigenous-housing-strategy - Site en anglais

Services de logement pour les réfugiés

211-Ontario – Service des femmes immigrantes d'Ottawa : services comprenant l'intervention en situation de crise, l'orientation et l'adaptation, le counseling d'emploi et la préparation à l'emploi, ainsi que des soutiens pour les femmes victimes ou survivantes de violence et pour les nouvelles arrivantes et leurs familles.
Site : https://211ontario.ca/detail/68968074/immigrant-women-services-ottawa-immigrant-women-services-ottawa/%20/&alt=1

Refuge Arc-en-ciel de la Capitale : organisme sans but lucratif fondé en 2010 pour soutenir et parrainer les réfugiés LGBTQI+. Site : https://capitalrainbow.ca - Site en anglais

Carty House : première maison d'accueil et lieu de soutien pour les femmes réfugiées dans la région d'Ottawa. Site : https://www.cartyhouse.org/fr/

Matthew House : hébergement, nourriture, soutien communautaire et accompagnement jusqu'à l'obtention d'un emploi et d'un logement. Site : https://www.matthewhouseottawa.org/our-impact

Refugee Housing Canada : programme de partage de logement qui met en relation des réfugiés et des hôtes prêts à offrir un logement sûr et abordable.
Site : http://refugeehousing.ca - Site en anglais

Centre d'information pour les nouveaux arrivants Y : service gratuit pour les nouveaux arrivants, offert en ligne et en personne. Site : https://www.ymcaottawa-nic.ca/fr

ANNEXE 4

Idées et ressources pour l'adaptation du domicile

Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa offre l'atelier Vieillir allumé «Vieillir chez soi avec des modifications domiciliaires». Les conseils ci-dessous constituent un aperçu des idées présentées dans le guide. Site : https://coaottawa.ca/fr/vieillirallume/ateliers-sur-le-vieillir-allume/

Pour d'autres idées d'adaptation et pour des liens vers des sites utiles, y compris des programmes d'aide financière pour des rénovations accessibles, voir les ressources listées à la fin de l'annexe.

Coûts indicatifs

Le guide emploie les repères suivants : $ = environ 100 $; $$ = moins de 250 $; $$$ = plusieurs milliers de dollars.

Conseils et modifications courantes

Cuisine

- Mettre les petits appareils sur le comptoir pour qu'ils soient plus faciles à atteindre.
- Installer le lave-vaisselle et le four à mi-hauteur pour éviter de se pencher. ($$$)
- Passer à une cuisinière à induction, afin de réduire considérablement les risques de brûlure et d'incendie. ($$$) Note : ce choix peut ne pas convenir aux personnes portant un stimulateur cardiaque. De plus, vérifiez avec un électricien la capacité du panneau d'électricité avant d'acheter.
- Remplacer les articles lourds, comme les casseroles en fonte, par des articles plus légers en acier inoxydable. ($)
- Choisir des appareils avec arrêt automatique (cafetière, bouilloire, etc.). ($)
- S'assurer que le revêtement de sol est antidérapant; retirer les tapis ou fixer des bandes antidérapantes sur leur pourtour. ($)
- Installer un détecteur de cuisinière capable de repérer une situation pouvant causer un incendie, de déclencher une alarme et, au besoin, de couper l'alimentation. ($$)

- Installer des armoires hautes à mécanisme rabattable et des armoires basses coulissantes. ($$$)

Salle de bain (souvent la pièce la plus dangereuse)

- Installer des barres d'appui solides. ($$ à $$$)
- Choisir un revêtement de sol antidérapant. ($$)
- Adapter la baignoire existante ($$) ou installer une baignoire ou une douche à porte, avec siège. Les douches sont généralement plus accessibles; les baignoires à jets peuvent être utiles en cas d'arthrite. ($$$)
- Installer un siège de toilette type bidet pour faciliter l'hygiène. ($ à $$)
- Ajouter des bandes ou tapis antidérapants dans la baignoire et la douche; le guide note toutefois que les tapis peuvent favoriser la moisissure. ($)
- Installer une toilette de hauteur confortable (16 à 18 pouces ou plus, idéalement de forme allongée). ($$$) Autre option : un rehausseur de siège abordable avec poignées latérales. ($)
- Installer des veilleuses ou des lumières à détecteur de mouvement. ($)
- Ajouter un banc de bain dont les pattes dépassent à l'extérieur de la baignoire pour permettre de s'asseoir puis de pivoter. ($$)

Chambre (de préférence au rez-de-chaussée)

- Installer une barre ou un poteau d'appui pour faciliter l'entrée et la sortie du lit. ($$)
- Vérifier que le lit est à une hauteur appropriée et que la literie n'est pas glissante.
- Installer un téléphone de chevet ou un chargeur à proximité. Le guide suggère un appareil avec gros chiffres et fonction de réponse simple. ($)
- Prévoir un bon éclairage, par exemple des lampes tactiles ou des stores télécommandés.
- Laisser suffisamment d'espace pour un appareil d'aide à la mobilité, comme une marchette.

Buanderie

- Installer une laveuse frontale et surélever les appareils pour éviter de se pencher. ($$$)
- Ajouter, si l'espace le permet, une table ou un comptoir pour déposer les articles. ($ à $$)
- Choisir un fer à repasser avec arrêt automatique. ($)

Corridors et escaliers

- Installer des mains courantes solides (rampes) de chaque côté des escaliers et dans d'autres endroits utiles; les mains courantes rondes ou ovales sont les plus faciles à saisir. ($$$)
- Installer des lumières DEL à détecteur de mouvement sur les marches et sur les mains courantes.
- Installer une lumière à détecteur de mouvement en haut et en bas des escaliers; au besoin, ajouter du ruban réfléchissant. ($ à $$)
- Installer des bandes antidérapantes, des aides à l'escalier, un fauteuil élévateur ou un ascenseur pneumatique. ($ à $$$)
- Ajouter un banc aux entrées intérieures et extérieures afin de mettre ses bottes, déposer l'épicerie ou déverrouiller la porte plus facilement.

Mesures générales

- Élargir les portes. ($$$) Si l'élargissement nécessaire est modeste, des charnières à dégagement ou contre-coudées peuvent être une solution moins coûteuse. ($)
- Veiller à avoir une salle de bain accessible au rez-de-chaussée. ($$$)
- Abaisser les étagères et repenser tout rangement qui oblige à utiliser un escabeau. ($$$) À moindre coût, on peut aussi réorganiser les rangements pour avoir les articles utilisés fréquemment à portée de main. ($$)
- Installer partout des planchers texturés et antidérapants. ($$)
- Remplacer les poignées rondes par des poignées à levier. ($ à $$)
- Envisager un système personnel de détection des chutes ou d'alerte médicale (Apple Watch ou autre appareil fourni par des entreprises de surveillance et d'intervention). ($$ à $$$)
- Installer des avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone adaptés à des besoins particuliers, par exemple en cas de perte auditive ou de l'odorat. ($$)
- Ajouter des appareils intelligents comme Alexa pour allumer les lumières, faire fonctionner un aspirateur robot, etc. ($$)
- S'il y a des marches à l'entrée, installer des mains courantes plus faciles à saisir, rondes ou ovales, ou, au besoin, une rampe d'accès. ($-$$$)
- S'assurer de toujours pouvoir voir qui se trouve à la porte (porte-tempête, petite fenêtre ou judas). ($ à $$)

- S'il n'y a pas de sonnette, en installer une à piles. Le guide rappelle qu'elle peut aussi servir à appeler une personne se trouvant ailleurs dans la maison. ($)
- Éliminer les risques de trébuchement : retirer les petits tapis, faire longer les fils au mur, égaliser les surfaces ou installer de petites rampes transitoires.
- Déplacer la chambre au rez-de-chaussée, si une salle de bain accessible s'y trouve.
- Désencombrer pour faciliter les déplacements et le nettoyage.
- En cas de difficultés de vision ou d'audition, envisager des sonnettes ou des systèmes de protection-incendie avec lumières clignotantes ou vibrations.

Extérieur

- Installer une entrée avec une rampe d'accès. ($$$)
- Transformer l'entrée afin d'éliminer les marches. ($$$)
- Ajouter des mains courantes et un bon éclairage aux marches; les lumières solaires et les lumières à détecteur de mouvement sont utiles. ($$)
- Corriger les pavés ou surfaces inégales aux entrées. ($$)
- Prévoir un éclairage adéquat, par exemple solaire ou à détecteur de mouvement. ($)
- Installer une sonnette vidéo ou une sonnette à signal lumineux. ($$)
- Installer un système d'entrée sans clé. ($$)

Rénovations axées sur l'accessibilité

Un logement accessible répond aux besoins d'une personne en situation de handicap tout en demeurant sûr et confortable pour tout le monde.

Pour commencer, il faut évaluer le domicile et repérer les zones problématiques : risques de glissade ou de chute, endroits difficiles d'accès ou d'entretien. Le guide suggère de faire un audit de sécurité ou une évaluation professionnelle par un entrepreneur spécialisé en rénovations favorisant le vieillissement chez soi. Il recommande aussi de rencontrer plusieurs entreprises avant de choisir la personne qui réalisera les travaux.

Exemples de rénovations

- Salle de bain : barres d'appui, toilettes surélevées, lavabos abaissés avec dégagement pour les genoux, planchers antidérapants, robinets et pommes de douche accessibles, sièges dans une douche ou baignoire à accès facile.
- Cuisine : excellent éclairage, armoires et surfaces de travail plus basses avec dégagement pour les genoux, robinets sans contact, armoires qui s'ouvrent au pied et espace suffisant pour circuler.
- Ensemble du domicile : portes et corridors élargis, contrastes de couleurs, transitions douces entre les surfaces, poignées à levier, éclairage abondant avec interrupteurs plus bas, fauteuil élévateur ou ascenseur, ajout d'une salle de bain, d'une chambre ou d'une buanderie au rez-de-chaussée.
- Extérieur : rampes pour fauteuil roulant, accès sans marche aux patios, balcons et terrasses, et éclairage accru pour plus de sécurité.

Ressources sur la rénovation et l'adaptation du domicile

Bien Vieillir : réseau canadien consacré au développement de technologies et de services pour le vieillissement en santé. Site : https://agewell-nce.ca/fr/accueil

Blogue BuildAble Accessibility : blogue comportant notamment des articles sur les bancs de bain, les cuisines accessibles, les modifications essentielles pour vieillir chez soi et les questions à poser à un entrepreneur avant un projet de rénovation. Site : https://www.buildable.ca/accessibility-blog - Site en anglais

Canadian Home Builders' Association : information, ressources et services pour les propriétaires qui souhaitent rénover leur maison. Le guide mentionne aussi les spécialistes Adaptiv Home, soit des rénovateurs, designers, ergothérapeutes et autres professionnels qualifiés pour des travaux favorisant l'accessibilité et le vieillissement chez soi. Site : https://www.chba.ca/adaptiv-home - Site en anglais

Société canadienne d'hypothèques et de logement : Maintenir l'autonomie des aînés par l'adaptation des logements : guide d'évaluation pour les aînés. Site : https://www.cmhc-schl.gc.ca/professionnels/innovation-et-leadership-dans-le-secteur/expertise-de-lindustrie/logement-pour-aines/maintenir-lautonomie-des-aines-par-ladaptation-des-logements--guide-devaluation-pour-les-aines

Disability Can (anciennement March of Dimes Canada) : Low-Cost or No-Cost Home Modifications for Seniors and People with Disability. Site : https://www.marchofdimes.ca/en-ca/programs/am/hvmp/Documents/Low-cost-no-cost-home-modifications_MODC.pdf - Information en anglais

Gouvernement du Canada – Guide de sécurité : guide sur la sécurité à domicile pour les personnes âgées. Site : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/chez-toute-securite-guide-securite-aines.html

Agence du revenu du Canada – Frais médicaux : dans certains cas, les personnes ayant une limitation grave et prolongée de la mobilité peuvent demander certaines dépenses de construction ou de rénovation comme frais médicaux dans leur déclaration de revenus. Site : https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/publications/rc4065/frais-medicaux.html

Conseil sur le vieillissement d'Ottawa : ateliers Vieillir Allumé **https://coaottawa.ca/fr/vieillirallume/ateliers-sur-le-vieillir-allume/** et infolettre https://coaottawa.ca/fr/sabonner-aux-nouvelles-du-csv/

Happy Cities and Hey Neighbour Collective : Building Social Connections - Toolbox of design actions to nurture wellbeing in multi-unit housing - Age-friendly edition (2025). Site : https://happycities.com/s/Age-friendly-building-social-connections-toolkit-020625.pdf - Information en anglais

ANNEXE 5

Droits et responsabilités du locateur et du locataire

Si vous êtes ou devenez locateur

Vos principaux droits sont les suivants :

- Choisir un locataire en tenant compte de renseignements sur le revenu, de vérifications et références de crédit, des antécédents locatifs, de garanties et d'autres pratiques commerciales semblables. Un locateur ne peut toutefois pas accepter ou refuser un locataire en raison de la race, du lieu d'origine, de l'origine ethnique, de la religion, du sexe, de l'âge, de l'orientation sexuelle, de l'état matrimonial, de la situation familiale (par exemple la présence d'enfants) ou d'un handicap.
- Percevoir intégralement le dépôt de loyer à l'échéance, entrer dans le logement pour effectuer des travaux d'entretien ou des réparations, faire visiter le logement à un locataire potentiel ou intervenir en cas d'urgence, selon les règles applicables; augmenter le loyer une fois par année conformément aux lignes directrices; et, dans certaines situations, remettre un avis de départ au locataire.

Vos principales responsabilités sont les suivantes :

- Maintenir le logement en bon état et respecter les normes provinciales et municipales en matière de santé, de sécurité et d'entretien.
- Nettoyer et entretenir les parties communes ou partagées de l'immeuble, comme les corridors et les cours, et enlever la neige des entrées, trottoirs, etc.
- Fournir les services essentiels, notamment l'eau chaude et froide, l'électricité, le chauffage et les combustibles comme le gaz naturel.
- Remettre au locataire une copie du bail ou de la convention de location, ainsi que des reçus de loyer. Le guide ajoute qu'il faut vérifier l'effet du revenu locatif sur la déclaration de revenus.
- Répondre aux besoins d'accessibilité du locataire jusqu'au point de « contrainte excessive ». Le locateur n'est libéré de cette obligation que s'il peut démontrer que l'accommodement entraînerait une contrainte excessive, par exemple si :
  - » le coût est si élevé qu'il menacerait la survie ou changerait la nature essentielle de l'entreprise;
  - » aucune source externe de financement n'est disponible pour aider au processus d'accommodement;
  - » les risques pour la santé et la sécurité liés à l'accommodement l'emportent sur ses avantages.

Si vous êtes ou devenez locataire

Vos principaux droits sont les suivants :

- Habiter dans un logement sûr et bien entretenu, même si vous connaissiez déjà certains problèmes avant d'accepter de le louer.
- Recevoir les services essentiels, y compris le chauffage, l'eau chaude et froide, l'électricité et le combustible, même si le loyer n'a pas été payé. Le locateur ne peut couper ces services que temporairement pour faire des réparations.
- Avoir droit à la vie privée : le locateur ne peut entrer dans le logement que pour certains motifs, par exemple pour effectuer des réparations, faire visiter le logement ou en cas d'urgence.
- Être protégé par les règles entourant les augmentations de loyer, en principe une fois tous les douze mois et dans les limites prévues par la loi. Le contrôle des loyers ne s'applique pas aux logements occupés pour la première fois après le 15 novembre 2018. Dans certaines circonstances particulières, le locateur peut demander à la Commission de location immobilière une augmentation supérieure au plafond.
- Être protégé contre une expulsion illégale et avoir droit à une audience devant la Commission de location immobilière.
- Vivre avec des enfants, avoir des animaux de compagnie et faire un niveau de bruit « raisonnable ».
- Obtenir une copie écrite du bail, un avis écrit indiquant le nom légal et l'adresse du locateur, ainsi que des reçus de loyer.
- Demander au locateur un accommodement relatif à un handicap. En vertu du Code des droits de la personne, le locateur doit prendre des mesures pour rendre le logement accessible jusqu'au point de contrainte excessive.

Vos principales responsabilités sont les suivantes :

- Payer le loyer total à la date prévue dans le bail ou la convention de location.
- Garder le logement propre; ne pas laisser les ordures ou d'autres objets s'accumuler au point de poser un risque sanitaire ou d'endommager la structure; nettoyer après les animaux de compagnie ou les invités.
- Réparer les dommages causés par vous-même ou vos invités, ainsi que les dommages qui ne relèvent pas de l'usure normale.
- Faire un niveau de bruit raisonnable afin de ne pas déranger les personnes qui vivent à proximité.
- Respecter la loi, notamment les règlements municipaux sur la surpopulation, ainsi que les conditions du bail ou de la convention de location.
- Quitter les lieux en bon ordre, en laissant la propriété propre et dans un état raisonnablement comparable à celui de l'entrée.

Organismes offrant soutien et conseils juridiques

Ottawa et Gatineau ACORN : aide dans les contestations d'augmentation de loyer et les démarches contre les rénovictions. Téléphone : 613-746-5999. Site : https://acorncanada.org/locations/ottawa-acorn - Site en anglais

Action Logement et Aide au logement: organismes qui préviennent la perte de logement et offrent gratuitement des services aux personnes à revenu faible ou moyen pour accéder à un logement sûr et abordable. Site principal : https://www.action-logement.ca/fr/accueil

> **Action Logement :** téléphone 613-562-8219. Courriel : info@action-logement.ca. Site : https://www.action-logement.ca/fr/accueil
>
> **Aide au logement :** téléphone 613-563-4532. Courriel : info@housinghelp.on.ca. Site : https://housing-help-website.smajevicapps.com/fr/accueil/

Centre canadien pour le droit au logement : organisme sans but lucratif qui œuvre en matière de droit au logement et fournit de l'information sur le droit du logement et les droits des locataires et des locateurs. Téléphone : 416-944-0087 ou 1-800-263-1139. Site : https://housingrightscanada.com - Site en anglais

Services juridiques communautaires d'Ottawa : services juridiques gratuits en matière de logement pour les personnes à faible revenu. Site : https://www.clsottawa.ca/fr/legal-topic/droit-du-logement

Centre d'entraide des propriétaires : clinique juridique communautaire et centre de ressources offrant information, aiguillage et conseils sommaires du point de vue des locateurs. Site : https://landlordselfhelp.com

Commission de location immobilière de Ontario : pour les différends entre locateurs et locataires. Téléphone : 416-645-8080. Site : https://tribunalsontario.ca/cli

Centre d'information juridique de l'Ontario: conseils juridiques. Téléphone : 1-844-343-7462 ou 613-842-7462. Site : https://centreinfojuridique.ca

Pro Bono Ontario : conseils juridiques gratuits pour les locataires et les petits propriétaires. Aide pour les poursuites, les appels et les formulaires judiciaires.
Téléphone : 1-855-255-7256. Site : https://www.probonoontario.org/housing/ - Site en anglais

Sources d'information mentionnées dans le guide

Tribunaux décisionnels Ontario : A Guide to the Residential Tenancies Act Site : https://tribunalsontario.ca/fr/

Ministère des Affaires municipales et du Logement : La location en Ontario : vos droits | ontario.ca - https://www.ontario.ca/fr/page/la-location-en-ontario-vos-droits

Chandra Pasma, MPP for Ottawa West-Nepean : Tenant Guide - http://www.chandrapasma.ca/tenant_rights - Site bilingue

ANNEXE 6

Exemples d'options de logement innovantes

Abbeyfield Houses of Ottawa - 425 Parkdale Ave : logement abordable pour jusqu'à 10 personnes âgées (seules ou en couple) mobiles et autonomes dans leurs activités quotidiennes. Maison de type familial avec soutien du personnel 24 h sur 24, repas, activités et accès sur place à divers services sociaux. Des séjours de répit, de vacances et de convalescence sont offerts lorsqu'une chambre est libre. Accessible en fauteuil roulant. Loyers raisonnables, sans subvention. Téléphone : 613-729-4817. Courriel : manager@abbeyfieldottawa.ca. Site : https://abbeyfield.ca/ottawa - Site en anglais

Projets Abbeyfield en développement : Abbeyfield Riverside (riverside@abbeyfield.ca); Polonia Abbeyfield House pour les personnes d'origine polonaise https://abbeyfield.ca/abbeyfield-polonia-ottawa - Site en anglais

Abbeyfield au service de la communauté afro-caribéenne, 211, avenue Bronson, Ottawa, Ontario K1R 6H5, téléphone : 613-292-3375.

Santé Bruyère – Village Bruyère : situé sur les rives de la rivière des Outaouais, dans l'est de la ville. Ce village de santé comprend divers volets répondant aux besoins d'une population vieillissante : vie autonome, vie assistée, logement abordable, programmes de vieillissement en santé, milieu communautaire, personnel dévoué, sécurité, bien-être et services de soutien.

Les villas offre des appartements indépendants au plein marché, au marché moyen et sous le marché, ainsi que des logements subventionnés pour les personnes admissibles selon le Registre du logement social d'Ottawa.

Place Besserer, immeuble de quatre étages relié à un établissement de soins de longue durée, offre des appartements de vie assistée, des services de soutien et des appartements regroupés pour des aînés nécessitant davantage de soutien.

Adresse : chemin Hiawatha Park, Orléans. Téléphone : 613-683-2508. Site : https://www.bruyere.org/fr/milieu-de-vie

Centre Communautaire Carlington : partenariat innovant entre le Centre Communautaire et de Santé Carlington et Société de logement communautaire d'Ottawa (LCO). On y combine services de santé et services sociaux avec logement abordable pour des personnes âgées à faible revenu. L'immeuble de quatre étages comprend 42 appartements d'une chambre, dont 12 entièrement accessibles et 30 unités visitables, ainsi qu'une clinique de santé. Adresse : 1290, avenue Coldrey. Téléphone : 613-731-1182, option 3. Courriel : info@och.ca. Site : https://www.och-lco.ca/fr/

Odenak (Dream LeBreton Flats) - Initiative pour le logement interconfessionnel (ILI) : projet prévoyant 601 logements locatifs, dont 247 abordables, dans deux tours situées au 665, rue Albert, entre la future bibliothèque centrale Ādisōke et la station Pimisi du TLR. Le guide indiquait une mise en occupation des premiers logements en 2027. Site : https://www.multifaithhousing.ca/dream-lebreton-flats.html Site en anglais

Eastern Ontario Christian Senior Citizen Co-operative Homes Inc. : communauté de retraite pour personnes de 65 ans et plus ayant des revenus variés. La coopérative comprend deux immeubles totalisant 135 unités, soit des studios et des logements d'une ou deux chambres, ainsi que des espaces communs. Adresse : 220, promenade Viewmount. Téléphone : 613-225-5110. Courriel : management.viewmount@gmail.com. Site : https://eocscch.com Site en anglais

Ellwood House (Ottawa) Inc. : résidence sans but lucratif affiliée à l'église anglicane St. Thomas the Apostle. Elle compte 30 unités sur trois étages, avec salon commun, buanderie et bibliothèque. Les logements sont offerts au loyer du marché ou selon le revenu. Adresse : 2270, avenue Braeside. Téléphone : 613-521-5151. Courriel : ellwoodhouse@rogers.com. Site : https://www.ellwoodhouse.ca Site en anglais

KDS Village : logement interconfessionnel pour personnes retraitées en bonne santé. Les installations comprennent des salles récréatives. L'endroit n'est pas accessible en fauteuil roulant. Des loyers sous le marché et des unités subventionnées sont offerts. Le guide indique aussi la construction d'un nouveau projet abordable de 58 unités destiné aux aînés, en plus des 70 unités existantes. Adresse : 567, rue Cambridge Sud (Bronson et Carling). Téléphone : 613-604-0618. Courriel : roseanne.holtman@clvgroup.com. Site : https://kdsvillage.ca - Site en anglais

PAL Ottawa : en partenariat avec Logement Communautaire Ottawa, PAL Ottawa développe du logement abordable pour les artistes et travailleurs du milieu des arts. L'immeuble PAL Place doit accueillir ses résidents au 305, rue Rochester. Le guide indiquait une ouverture en 2026. Site : https://www.palottawa.org Cliquez sur « Language » et choisir Français

Perley Health Senior Living Apartments : appartements conçus spécialement pour les aînés, avec espaces communs et accès facile aux services et programmes de Perley Health. Le complexe propose de la vie autonome et de la vie assistée, avec loyers du marché moyen, loyers sous le marché et options indexées au revenu. Pour de l'information ou une visite : 613-526-7170, poste 2006. Courriel : rentaloffice@perleyhealth.ca. Site : https://www.perleyhealth.ca/senior-living Site en anglais

Unitarian House of Ottawa : organisme de bienfaisance sans but lucratif offrant un mélange original de résidence pour retraités et de vie autonome. La résidence de cinq étages propose des soins infirmiers sur place, des activités et des cours d'exercice. Adresse : 20, avenue Cleary. Téléphone : 613-722-6690. Courriel : retire@unitarianhouse.ca. Site : www.unitarianhouse.ca Site en anglais

ANNEXE 7

OASIS : exemple d'un programme CRN réussi

Selon le Dr Vincent DePaul, de Queen's University, le programme OASIS est un programme dirigé par des personnes âgées qui vise à créer des collectivités inclusives favorisant le vieillissement en santé chez soi.

L'objectif d'OASIS est d'offrir un programme conçu avec et pour les personnes âgées afin de développer la vie communautaire. Grâce à des collaborations avec les secteurs public, privé et sans but lucratif, y compris avec les propriétaires d'immeubles, OASIS apporte directement aux résidents des services et des programmes adaptés à leurs besoins et à leurs intérêts.

Problèmes auxquels OASIS répond

- Une alimentation insuffisante, souvent liée au fait de manger seul.
- L'isolement, la solitude et la perte d'autonomie.
- Le manque d'activités, le déconditionnement physique, les chutes et les blessures liées aux chutes.

Éléments essentiels du modèle OASIS

- Développement communautaire et pouvoir d'agir des membres âgés, qui choisissent les activités et la programmation qu'ils souhaitent.
- Activités et programmes centrés sur les liens sociaux, une saine alimentation, la forme physique, la mobilité sécuritaire et le partage des connaissances.
- Présence d'une personne coordonnatrice sur place (non-résidente) pour soutenir le développement et la mise en œuvre du programme et faciliter l'accès aux ressources communautaires.
- Mise à disposition, par les propriétaires, d'espaces communs servant à la programmation.

Évaluation du programme OASIS

En 2018, la communauté OASIS d'origine s'est associée à des chercheurs de Queen's University ainsi qu'à des collègues de McMaster et Western University pour élargir et évaluer le programme. Les recherches qualitatives et quantitatives menées depuis appuient ses effets positifs sur le vieillissement en santé dans la communauté.

Dans les entrevues et groupes de discussion, les membres disent qu'OASIS leur a donné un sentiment d'utilité, leur a permis d'élargir et de renforcer leur réseau social, de créer des liens de type familial avec d'autres membres, d'avoir « quelque chose à faire et quelqu'un avec qui le faire », d'apprendre de nouvelles compétences, d'être plus actifs physiquement et d'améliorer leur santé mentale. Les membres ont aussi mentionné les bienfaits du programme pendant la pandémie de COVID-19.

L'équipe de recherche a également comparé les recours aux services de santé des personnes âgées vivant dans l'immeuble où se trouvait le programme OASIS avec ceux d'un groupe comparable vivant dans des immeubles sans programme OASIS. En moyenne, les résidents de l'immeuble OASIS ont connu moins d'hospitalisations imprévues, moins de visites à l'urgence, moins d'interventions médicales liées aux chutes et une moindre utilisation des soins à domicile. Pour les personnes qui ont ensuite dû aller en soins de longue durée, le passage vers ce milieu a été retardé d'environ un an médian.

L'évaluation des effets d'OASIS se poursuit. Le réseau OASIS évolue vers un organisme sans but lucratif d'envergure nationale, avec des structures et des ressources centrales et locales destinées à soutenir le développement, la mise en œuvre, la durabilité et l'évaluation du programme à travers le pays. Pour plus d'information, le guide renvoie à l'adresse OASIS.study@queensu.ca.

OASIS Ottawa

Le Olde Forge Community Resource Centre reçoit du financement de Queen's University afin d'embaucher des coordonnateurs de programme pour les deux sites d'Ottawa. Leur rôle consiste à amplifier la voix des membres et à défendre les besoins et intérêts de leur communauté.

OASIS Ottawa est la branche ottavienne d'un réseau grandissant de programmes OASIS. Le programme est supervisé par un comité directeur composé de résidents d'immeubles, de coordonnateurs OASIS, de professeurs de Queen's University et du Council on Aging of Ottawa. OASIS Ottawa organise des activités et des événements à l'interne afin de favoriser les interactions sociales, la saine alimentation et l'activité physique. L'objectif est d'aider les résidents à vieillir chez eux en créant des occasions de participer à la vie de leur milieu, de connaître les ressources nécessaires et d'adopter des habitudes de vie saines.

Rôle des partenaires d'OASIS Ottawa

The Olde Forge Community Resource Centre : organisme financeur d'OASIS. Il offre une gamme de services aux personnes âgées du secteur Bay Ward, notamment des programmes de jour pour adultes, de l'aide et de l'entretien à domicile, des soins des pieds et plus encore.

Ambleside Men's Shed : partenaire proche d'OASIS. En tant que chapitre de Men's Sheds Ontario, il vise à améliorer la santé des hommes grâce à des activités qui les intéressent. Les hommes du secteur Ambleside sont invités à se joindre au groupe.

The Olde Forge Caregiver Network : partenaire de collaboration pour les activités et les séances d'information. Toute personne qui se reconnaît comme proche aidante peut s'y joindre. Le programme offre du soutien par des activités récréatives, des occasions de parler avec d'autres proches aidants et des retraites de répit axées sur l'autosoins.

The Council on Aging of Ottawa (COA) : participe au comité directeur, fournit une rétroaction précieuse sur les besoins des personnes âgées et joue un rôle essentiel dans le plaidoyer, l'autonomisation des aînés et le développement de communautés inclusives et adaptées à l'âge.

Ambleside Wellness Clinic : Clinique mensuelle mise en place avec The Ottawa Paramedic Service, Pinecrest-Queensway Community Health Centre, Rexall Lincoln Fields, HelpAge Canada et le groupe de travail Ambleside OASIS Healthcare Working Group.

Ressources en anglais seulement

OASIS Ottawa : https://OASISottawa.my.canva.site Site en anglais

Ambleside OASIS : téléphone 613-898-8514; courriel Info@oldeforge.ca

Rosewood OASIS : téléphone 613-829-9777; courriel Info@oldeforge.ca

OASIS Communities for Aging Well : https://www.OASISagingwell.com Site en anglais

Olde Forge Community Resource Centre - OASIS Senior Supportive Living : https://www.oldeforge.ca/OASIS-senior-supportive-living Site en anglais

Queen's University - It takes a village: helping older adults find their Oasis : courriel: OASIS.admin@queensu.ca et OASIS.study@queensu.ca

ANNEXE 8

Ressources sur les communautés de retraite naturelles (CRN)

Sites clés

NORC Innovation Centre

Créer de nouvelles possibilités pour vieillir chez soi. Ce site communique de l'information sur la mise en place d'un NORC-SSP en Ontario. Site : https://norcinnovationcentre.ca
Site en anglais

NORC Ambassadors Program

Programme visant à inspirer et soutenir les personnes âgées afin qu'elles mènent le développement de communautés de vieillissement inclusives. Site : https://norcambassadors.ca/ Site en anglais

OASIS

- OASIS Communities for Aging Well : modèle innovant offrant des activités aux personnes âgées vivant dans une Communauté de retraite naturelle (CRN) Le modèle mise sur la capacité des aînés à définir eux-mêmes leurs besoins et les services ou activités qui y répondent le mieux. Site : https://www.OASISagingwell.com Site en anglais
- OASIS Ottawa : branche d'OASIS à Ottawa. D'après le guide, le programme est offert aux résidents d'Ambleside One, Ambleside Two, Ambleside Three et Rosewood Apartments. Site : https://OASISottawa.my.canva.site Site en anglais
- Étude sur les quartiers d'Ottawa et Conseil sur le vieillissement d'Ottawa - Recherche CRN à Ottawa: carte montrant où vivent les personnes de 55 ans et plus à Ottawa.
  Site : https://ons-sqo.ca/fr/dashboards-2/crn/

Articles d'intérêt

Fifty-Five Plus Lifestyle Magazine - How NORCY is your Neighbourhood? Article de Jennifer Brooks, bénévole au COA, sur le travail du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa en matière de CRN. Site : https://www.fifty-five-plus.com/blog/community/how-norcy-is-your-neighbourhood Site en anglais

MacLean's Magazine - L'idée principale : aider les personnes âgées à vieillir chez elles. Citation reprise dans le guide : « Seniors want to continue to live among young people and families. » Site : https://macleans.ca/society/health/big-idea-long-term-care-senior-age Site en anglais

Parenting Times Magazine - Vieillir, rester chez soi. Article sur les CRN comme solution de rechange au logement réservé aux aînés dans une communauté intergénérationnelle. Site : https://www.ottawaparentingtimes.ca/getting-older-staying-home Site en anglais

Publications

Healthcare Excellence Canada - Promising Practices for Enabling Aging in Place: OASIS. Site : https://www.healthcareexcellence.ca/resources/promising-practices-for-enabling-aging-in-place Site en anglais

NORC Innovation Centre - Un modèle de soins à domicile pour les communautés de retraités spontanées en Ontario. Document sur un modèle de soins à domicile pouvant tirer parti de la densité des CRN pour mieux livrer les soins et améliorer l'expérience des résidents. Site : https://norcinnovationcentre.ca/wp-content/uploads/A-Home-Care-Model-for-NORCs-in-Ontario.pdf Site en anglais

NORC Innovation Centre - Recommandations politiques à l'intention des candidats à l'élection du maire de la ville de Toronto de 2023. Site : https://norcinnovationcentre.ca/wp-content/uploads/NIC-Recommendations-for-Mayoral-Election-.pdf Site en anglais

ANNEXE 9

Ressources de préparation aux situations d'urgence

Les personnes âgées doivent disposer des ressources nécessaires pour demeurer en sécurité et prêtes à réagir. Les ressources suivantes peuvent aider en cas de chaleur extrême, de panne de courant ou d'autres situations d'urgence.

Gouvernement de l'Ontario

Personnes âgées de l'Ontario : comment se préparer à une situation d'urgence: https://www.ontario.ca/fr/page/se-preparer-une-situation-durgence

Santé Publique d'Ottawa

Combattez la chaleur : fiche d'information sur la façon de se protéger et de protéger les autres pendant une chaleur extrême. Site : https://www.ottawapublichealth.ca/media/ivyktt3p/20240724-oph-beat-the-heat-factsheet_fr.pdf

Sécurité alimentaire et sécurité de l'eau des puits privés en cas de coupure de courant ou d'inondation : informations sur la sécurité des aliments et de l'eau de puits en cas de panne de courant ou d'inondation. Site : https://www.santepubliqueottawa.ca/cliniques-education-et-soutien/qualite-et-securite-de-leau/puits-prive/

Affiche « Restez au frais » : affiche avec code QR permettant d'afficher une carte des endroits où se rafraîchir dans son quartier. Site : https://www.santepubliqueottawa.ca/cliniques-education-et-soutien/qualite-et-securite-de-leau/puits-prive/ Site bilingue

Ville d'Ottawa

Êtes-vous prêt ? Préparez votre kit ! (vidéo YouTube) https://www.youtube.com/watch?v=6GBDJQAHILM

Programme de subventions humanitaires : aide financière possible pour les locataires et propriétaires touchés par des inondations de sous-sol dues à une surcharge des égouts. Adresse courte citée dans le guide : https://ottawa.ca/fr/vivre-ottawa/environnement-conservation-et-climatique/inondations/inondations-de-sous-sols/remises-et-subventions-pour-reduire-les-risques-dinondation/programme-de-subventions-titre-daide-exceptionnelle

Gestion des situations d'urgence : page d'information de la Ville. Site : https://ottawa.ca/fr/sante-et-securite-publique/gestion-des-situations-durgence

Canalisations d'eau gelées: en cas de gel des conduites d'eau, composer le 3-1-1. Site : https://ottawa.ca/fr/vivre-ottawa/eau-potable-eaux-pluviales-et-eaux-usees/eau-potable/avis-et-travaux-prevus-eau-potable/gel-des-branchements-deau

Programme d'installation de dispositifs protecteurs sanitaires résidentiels : aide financière pour l'installation de dispositifs de plomberie préventifs (pompes de puisard, clapets antiretour, etc.) afin d'empêcher les eaux usées ou pluviales d'entrer dans la maison lorsque le réseau est débordé. Adresse courte citée dans le guide : https://ottawa.ca/fr/vivre-ottawa/environnement-conservation-et-climatique/inondations/inondations-de-sous-sols/remises-et-subventions-pour-reduire-les-risques-dinondation/programme-dinstallation-de-dispositifs-protecteurs-sanitaires-residentiels

National Collaborating Centre for Environmental Health

Outil d'évaluation des risques sanitaires liés aux vagues de chaleur extrême : outil pour reconnaître les personnes les plus à risque, détecter les maladies liées à la chaleur et savoir quoi faire dans les situations à risque. Disponible en anglais, français, chinois et pendjabi. Site : https://ncceh.ca/resources/evidence-reviews/extreme-heat-health-check-tool#h3-0 - Site en anglais

Gouvernement du Canada

Votre guide de préparation aux situations d'urgence : guide pour élaborer un plan d'urgence pour son ménage. Site : https://www.canada.ca/fr/services/police/urgences/protection/preparez-vous.html

Croix-Rouge canadienne

Élaborer un plan d'urgence : ressource pour préparer un plan d'urgence et retrouver ou joindre ses proches. Site : https://www.croixrouge.ca/nos-champs-d-action/urgences-et-catastrophes-au-canada/preparation-aux-urgences/etablissez-un-plan

APPENDIX 10

Maltraitance envers les personnes âgées

La maltraitance envers les personnes âgées renvoie à un geste unique ou répété, ou à une absence d'intervention acceptable, qui survient dans une relation où un lien de confiance est attendu. Ces actes causent du tort ou de la détresse à une personne âgée. Ils constituent une atteinte aux droits de la personne et peuvent prendre la forme de maltraitance physique, psychologique ou financière, ou encore de négligence.

Types de maltraitance

Physique : gestes posés avec l'intention de causer une douleur ou une blessure, par exemple des coupures, des ecchymoses ou des marques.

Psychologique : gestes visant à faire souffrir sur le plan émotionnel, comme les menaces verbales, l'intimidation ou le harcèlement. Ce type de comportement peut entraîner peur, retrait social, dépression ou anxiété.

Négligence : incapacité d'un proche aidant ou d'une personne responsable à répondre aux besoins fondamentaux d'une personne dépendante, surtout lorsque cela est intentionnel, par exemple en privant la personne de nourriture, de vêtements, d'abri ou de soins médicaux.

Financière : vol, appropriation ou rétention inappropriée des ressources d'une personne âgée, telles que l'argent ou les biens, ou modification de documents juridiques au profit d'une tierce personne. Cette catégorie comprend aussi les fraudes de porte-à-porte, la surfacturation et la prestation de travaux médiocres ou incomplets.

Exemples liés au logement

Prise de contrôle d'un domicile : lorsqu'une personne entre dans une maison et refuse d'en sortir. Il peut s'agir d'un ami, d'un membre de la famille ou d'une connaissance. Ces invités agissent d'une manière qui met le propriétaire mal à l'aise ou menace la sécurité de son domicile, y compris par des activités illégales.

Arnaques et fraudes : fraudes liées à l'hypothèque, à la maison ou aux services à domicile. Les fraudes de porte-à-porte ciblent souvent les personnes âgées et les amènent à signer des contrats pour des services coûteux ou fictifs. Le guide mentionne aussi les hypothèques ou privilèges, comme un « Avis de sûreté » (ADS) inscrits sur une maison sans permission, ce qui peut entraîner de graves difficultés financières, voire une saisie.

Pour éviter ces fraudes, le guide recommande d'effectuer des recherches sur les entreprises et de communiquer directement avec elles si l'on a besoin de services. Il recommande aussi de ne pas laisser entrer chez soi des vendeurs itinérants non sollicités et de vérifier régulièrement les relevés bancaires afin de détecter tout retrait non autorisé.

Ressources en cas de maltraitance

Services d'aide aux victimes d'Ottawa: organisme sans but lucratif offrant un soutien émotionnel et pratique aux personnes touchées par un crime ou une tragédie, y compris la maltraitance des aînés. Téléphone : 613-238-2762. Courriel : info@ovs-svo.com.
Site : https://ovs-svo.com/fr

Ligne d'assistance téléphonique de la police d'Ottawa pour les personnes âgées victimes de maltraitance: ligne de la police d'Ottawa où des agents spécialisés enquêtent sur les allégations de maltraitance envers les aînés. Service non urgent destiné aux adultes vulnérables de 18 ans et plus. Téléphone : 613-236-1222, poste 2400. Site : https://www.ottawapolice.ca/fr/sections-et-unites/unites-denquete/section-des-enquetes-sur-les-personnes-agees-et-les-adultes-vulnerables/

Prévention de la maltraitance des personnes âgées en Ontario : organisme provincial offrant éducation, formation, ressources et information sur la maltraitance des aînés. Ligne d'assistance pour les personnes âgées: 1-866-299-1011, accessible 24 h sur 24.
Site : www.eapon.ca Site en anglais

Seniors Crime Stoppers : programme provincial permettant de signaler anonymement des situations de maltraitance envers les aînés, qui sont ensuite transférées à la police. Pour signaler un incident : 1-800-222-TIPS (8477). Information en anglais

Seniors Safety Line : ligne donnant des coordonnées et des services de référence vers des organismes locaux partout en Ontario. Des conseillers formés offrent aussi de la planification de sécurité et du counseling de soutien aux personnes âgées maltraitées ou à risque de l'être. Les proches et les fournisseurs de services peuvent aussi appeler pour obtenir de l'information. Téléphone : 1-866-299-1011. Service en anglais

Protection du consommateur de l'Ontario : information sur la façon d'éviter les fraudes courantes de porte-à-porte, notamment pour les chauffe-eau, le chauffage domestique et d'autres services. Site : https://www.ontario.ca/fr/page/protection-du-consommateur-de-lontario

Centre antifraude Canada - Escroqueries et fraudes récentes : organisme principal canadien de suivi, de prévention et d'éducation sur la fraude. Il fournit de l'information sur les arnaques téléphoniques et en ligne, ainsi que sur les fraudes financières ciblant les personnes âgées. Site : https://antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-fra.htm

Counselling Connect : service d'Ottawa qui offre des services de counseling gratuits et des groupes de soutien pour les personnes de tout âge, y compris en lien avec la maltraitance des aînés. Site : www.counsellingconnect.org Service en anglais

ANNEXE 11

Plaidoyer pour améliorer le logement adapté aux aînés

Le Conseil sur le vieillissement (CSV) invite les personnes intéressées à contribuer au plaidoyer en faveur d'un meilleur logement pour les personnes âgées de la région. Cette annexe explique comment s'impliquer. Les personnes âgées possèdent une connaissance unique des défis vécus en matière de logement. En ajoutant leur voix au débat, elles peuvent contribuer à faire progresser un logement plus abordable, accessible, approprié et disponible pour les aînés d'Ottawa.

Les étapes d'engagement en matière de plaidoyer

Il n'est pas nécessaire d'être expert pour défendre l'amélioration du logement adapté à l'âge. Le plaidoyer peut prendre plusieurs formes et demander des compétences variées selon les tâches. On peut, par exemple, participer à des conversations communautaires, s'informer sur les enjeux ou communiquer avec son conseiller municipal. Le guide rappelle qu'il n'est pas nécessaire d'être militant politique pour rencontrer son conseiller : il s'agit d'une personne qui a besoin d'information sur les enjeux vécus par sa circonscription.

Les étapes d'engagement ci-dessous montrent différentes façons de s'impliquer. Toutes les formes de participation sont utiles. L'important est d'utiliser sa voix pour faire avancer des changements qui amélioreront la vie des personnes âgées d'Ottawa.

Exemples de participation

S'informer

- Approfondir sa connaissance des enjeux liés au logement des personnes âgées en consultant les sites d'organismes sans but lucratif, des gouvernements fédéral, provincial et municipal, ainsi que des journaux et d'autres sources d'information. Visiter le site du COA pour en apprendre davantage et lire les documents clés, y compris les plateformes municipales et provinciales qui présentent des recommandations en matière de logement.

Parler avec d'autres

- Avoir des conversations avec sa famille, ses amis et ses voisins.
- Partager ses idées et ses expériences sur les médias sociaux.
- Écrire une lettre d'opinion à la rédaction au sujet d'un enjeu qui tient à cœur.

Faire du bénévolat

- S'impliquer dans des organismes communautaires qui favorisent le logement adapté aux aînés.
- Se joindre au comité Logements adaptés aux personnes âgées du CSV.
- Aider à organiser un événement de plaidoyer (rassemblement, kiosque dans un centre commercial, etc.).

Défendre activement une cause

- Signer une pétition.
- Signer une lettre ou une carte postale préparée d'avance.
- Participer à un événement de plaidoyer ('Older Adult Summit,' consultation de la Ville d'Ottawa).
- Assister à un atelier de plaidoyer.
- Se joindre à un groupe de défense.

Communiquer avec les élus

- Envoyer un courriel ou une lettre à son conseiller municipal.
- Téléphoner au bureau de son député fédéral, de son député provincial ou de son conseiller municipal en suivant un scénario fourni par le comité ville-amie-des-aînés du CSV
- Participer à une visite ou à une activité ponctuelle avec son conseiller, son député fédéral ou son député provincial.
- Assister à une rencontre avec tous les candidats, notamment lors des consultations budgétaires ou en période électorale.

Rôle du comité Logements adaptés aux personnes âgées du CSV

Dans un contexte de crise du logement et de vieillissement de la population, le guide rappelle que chaque voix compte. Le comité Logements adaptés aux personnes âgées du CSV soutient le vieillissement dans la communauté de plusieurs façons, notamment :

- le plaidoyer en faveur du logement adapté à l'âge dans la région d'Ottawa, y compris l'élaboration de plateformes municipales et provinciales contenant des recommandations clés;
- la diffusion d'information et d'activités éducatives sur les 4 A du logement : abordable, accessible, approprié et à votre disposition;
- la recherche et l'exploration des enjeux liés au logement des personnes âgées, puis le partage de ces connaissances avec la collectivité;
- la collaboration avec des partenaires communautaires qui partagent les mêmes objectifs.

ANNEXE 12

Comités et organismes liés au logement

Gouvernement du Canada

Initiative fédérale de logement communautaire : fonds de 618,2 millions de dollars destiné à soutenir les projets de logement communautaire administrés par le gouvernement fédéral arrivant à la fin de leurs ententes d'exploitation issues d'anciens programmes de logement social et abordable. Site : https://www.cmhc-schl.gc.ca/professionnels/financement-de-projets-et-financement-hypothecaire/programmes-de-financement/toutes-les-opportunites-de-financement/initiative-federale-de-logement-communautaire

Défenseur fédéral du logement : chien de garde indépendant et non partisan chargé de favoriser des actions concrètes pour répondre aux besoins en logement et à l'itinérance au Canada. Site : https://fr.housingrights.ca/defenseur-federal-du-logement

Gouvernement de l'Ontario

Ministère des Affaires municipales et du Logement de l'Ontario : urbaines et rurales sûres et fortes, avec une économie dynamique, une bonne qualité de vie et des logements abordables et convenables pour tous. Site : https://www.ontario.ca/fr/page/ministere-des-affaires-municipales-et-du-logement

Ville d'Ottawa

Commission de l'urbanisme et du logement : comité qui formule des recommandations au Conseil municipal en matière de politiques de logement, conformément au Plan officiel, sur le plan décennal sur le logement et l'itinérance et aux stratégies connexes. Site : https://ottawa.ca/fr/hotel-de-ville/conseil-municipal-comites-et-conseils/comites-et-conseils/comites-permanents-commissions-sous-comites-et-autres/comite-de-la-planification-et-du-logement/membres-2022-2026

Organismes indépendants

Centre ontarien de défense des droits des locataires (le Centre) : clinique juridique communautaire spécialisée à mandat provincial, vouée à la protection et à l'avancement des intérêts des locataires à faible revenu en Ontario. L'organisme travaille aussi avec des partenaires communautaires au sein du Coalition pour le droit au logement. Site : https://www.acto.ca/fr

Centre canadien pour le droit au logement : organisme qui travaille avec des partenaires et des collectivités partout au Canada pour promouvoir des politiques fondées sur les droits afin que tout le monde puisse avoir un logement adéquat, accessible et abordable.
Site : https://housingrightscanada.com/our-work/policy-advocacy/ site en anglais

Conseil sur le vieillissement d'Ottawa - comité ville-amie-des-ainés du CSV : comité qui examine et défend le logement approprié, abordable, accessible et disponible tout au long du continuum allant de la vie autonome aux soins de longue durée pour les personnes âgées de la région d'Ottawa. Site : https://coaottawa.ca/fr/comites/logement

Rendons le logement abordable : organisme sans but lucratif voué à rendre le logement abordable à Ottawa, à sensibiliser le public, à influencer les élus et les décideurs et à contribuer à résoudre la crise du logement. Site : https://makehousingaffordable.ca Site en anglais

Réseau national du droit au logement : réseau national de la société civile, ancré dans les communautés, qui vise à faire reconnaître pleinement le droit à un logement adéquat au Canada. Selon le guide, le réseau poursuit deux grands objectifs : renforcer l'infrastructure canadienne de mise en œuvre du droit au logement et bâtir un mouvement communautaire soutenant ce droit. Site : https://fr.housingrights.ca/a-propos-de-nous

Ontario Non-Profit Housing Association : organisme dont la vision est que chaque Ontarien puisse vivre dans un logement où il peut s'épanouir. Depuis plus de 30 ans, ONPHA représente une voix majeure du logement communautaire en Ontario et a contribué à l'obtention de plus de 23 milliards de dollars de financement récent pour des logements abordables et profondément abordables. Site : https://onpha.on.ca/community-housing-advocacy Site en anglais

Réseau de la fierté des aînés d'Ottawa - Comité du logement : comité qui explore la question du logement abordable et accueillant pour les personnes LGBTQ+ dans la région de la capitale. Son mandat comprend l'examen des possibilités existantes ou à créer pour les aînés LGBTQ+, y compris le maintien à domicile, les résidences privées pour aînés, le logement communautaire ou caritatif, les coopératives et la propriété (condominiums, baux viagers, etc.).
Site : https://ospn-rfao.ca/defense-des-droits/?lang=fr

ANNEXE 13

Développer les liens sociaux

Vieillir au bon endroit signifie vivre dans un logement qui soutient toutes les dimensions du bien-être en avançant en âge, notamment les liens sociaux, le sentiment d'appartenance, la sécurité et le confort, la santé physique et mentale, les pratiques culturelles et bien d'autres aspects. Le guide insiste aussi sur l'importance de disposer de choix de logement abordables.

Sans sécurité d'occupation et sans logement répondant à ses besoins, il est difficile de satisfaire toutes les dimensions du bien-être. La conception adaptée à l'âge doit tenir compte de l'évolution des capacités physiques ou cognitives, mais elle doit aussi répondre à des besoins plus globaux de mieux-être.

Les logements adaptés à l'âge créent des environnements où les personnes peuvent s'épanouir, maintenir leurs liens avec la communauté et éprouver un sentiment d'appartenance et d'accomplissement, peu importe l'âge, les capacités ou le parcours de vie. De cette façon, une conception adaptée à l'âge peut améliorer le bien-être et le soutien social de personnes de tous âges et favoriser les relations intergénérationnelles.

Happy Cities et Hey Neighbour Collective ont élaboré le document Building Social Connections - Toolbox of design actions to nurture wellbeing in multi-unit housing - Age-friendly edition (2025). Cette ressource s'adresse aux personnes qui s'intéressent au logement, à l'aménagement et au développement communautaire, en mettant l'accent sur la conception de logements qui répondent aux besoins des personnes âgées et les aident à vieillir au bon endroit. Les actions proposées visent notamment les urbanistes et consultants, les architectes et designers, les promoteurs et exploitants de logements marchands ou communautaires, les gouvernements et les résidents ou groupes communautaires. Site : https://happycities.com/s/Age-friendly-building-social-connections-toolkit-020625.pdf Information en anglais

The Council on Aging of Ottawa | Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa

Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa

217 – 815, boul. Saint-Laurent
Ottawa, Ontario K1H 6K9
(613) 789-3577, poste 1
coa@coaottawa.ca
www.coaottawa.ca

