

# Logements de l'Outaouais

Rapport annuel 2024



# Table des matières

## 04 Introduction

---

<b>Mot du président</b>	<b>04</b>
<b>Mot du directeur général</b>	<b>05</b>
<b>Bref historique de l'histoire de Logements de l'Outaouais</b>	<b>06</b>
<b>Mission &amp; valeurs</b>	<b>08</b>
<b>Composition du conseils d'administration</b>	<b>10</b>
<b>Organigramme</b>	<b>11</b>

## 12 Résidences pour personnes âgées en Outaouais

*Contexte économique et social post-pandémie*

---

<b>Enjeux financiers et pénurie de logements</b>	<b>12</b>
<b>Vieillesse en santé et maintien à domicile</b>	<b>13</b>
<b>Une nouvelle réalité sociale – un isolement plus profond</b>	<b>14</b>

## 15 Projets immobiliers structurants

*Bâtir & renouveler pour mieux loger*

---

<b>Inauguration du 330 d'Europe</b>	<b>15</b>
<b>Réhabilitation du 49 Mutchmore</b>	<b>17</b>

## 18 Initiatives et partenariats en 2024

*Un pas de géant vers l'avant pour le bien-être de nos résidents*

---

<b>Animation et activités</b>	<b>18</b>
<b>Programme de littératie numérique – une initiative éprouvée pour l'autonomie des aînés</b>	<b>20</b>

<b>Installation d'écrans interactifs pour dynamiser la vie en résidence</b>	<b>21</b>
<b>Activité « Le mouvement, c'est la vie »</b>	<b>22</b>
<b>Renouvellement de l'image de marque : professionnalisme et dynamisme au cœur de notre organisation en évolution!</b>	<b>22</b>

## 23 Les services

<b>Intervention de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV) : un maillon essentiel de proximité</b>	<b>23</b>
<i>Accomplissements et statistiques 2024-2025</i>	24
<i>Difficultés rencontrées</i>	25
<b>Repas, soutien communautaire et nutrition</b>	<b>26</b>
<b>Programme Viactive</b>	<b>29</b>
<b>Club « Les Joyeux Retraités »</b>	<b>30</b>
<b>Café internet</b>	<b>30</b>
<b>Salles communes</b>	<b>31</b>

## 30 Les 100 ans de Fernande Hébert

*Résidente chez nous depuis 40 ans!*

<b>Témoignages</b>	<b>32</b>
<i>Témoignages de résidents des Logements de l'Outaouais</i>	32
<i>Témoignage d'un partenaire</i>	33

## 32 Conclusion

<b>Nos partenaires</b>	<b>34</b>
<b>Données démographiques</b>	<b>36</b>

# Mot du président

«Ensemble, nous faisons bien plus qu'offrir un toit : nous bâtissons une communauté fondée sur **la dignité, la solidarité et la qualité de vie.**»



L'année 2024 a été marquée par de nombreux défis et avancées significatives pour Logements de l'Outaouais. Dans un contexte de crise du logement persistante en Outaouais, accentué par la fermeture de plus de 500 résidences privées pour aînés à travers la province, notre mission d'offrir des logements abordables, sécuritaires et humains n'a jamais été aussi essentielle.

Cette année, l'organisation a franchi un jalon majeur avec l'ouverture du 330 d'Europe, notre troisième résidence, fruit d'un travail de longue haleine et d'une mobilisation de taille de nos partenaires. Ce nouveau bâtiment, moderne, lumineux et accessible, incarne l'évolution de notre vision : **créer des milieux de vie dynamiques, inclusifs et centrés sur le bien-être des aînés.**

Mais 2024 ne se résume pas à un projet immobilier : c'est aussi une année marquée par la mise en place de nombreuses initiatives pour répondre aux grands défis sociaux vécus par les aînés d'aujourd'hui. Qu'il s'agisse de briser l'isolement, de combler la fracture numérique ou de prévenir le déconditionnement physique et cognitif, l'organisation a su déployer des solutions concrètes, accessibles et humaines.

Malgré ces avancées, les défis demeurent nombreux. Vieillesse accélérée de la population, pénurie de logements abordables, isolement social persistant – autant d'enjeux auxquels nous devons répondre avec lucidité, rigueur et ambition.

Je tiens à saluer le travail exceptionnel de notre direction générale, de nos employés, de nos partenaires communautaires, ainsi que de nos résidents, qui font de nos résidences des milieux de vie humains, chaleureux et sécurisants. J'aimerais également exprimer ma gratitude à mes collègues du conseil d'administration pour leur rigueur, leur disponibilité et leur engagement constant à faire avancer notre mission. Leur apport est essentiel à la gouvernance saine et visionnaire de notre organisation.

**Jean-Pierre Chabot**

*Président du conseil d'administration  
Logements de l'Outaouais*





# Mot du directeur général

«Grâce à l'implication exceptionnelle de notre équipe, de nos résidents et de nos partenaires, nous avons relevé ces défis tout en maintenant des loyers abordables, bien en deçà de la tendance provinciale, et en offrant plus de services que jamais. **C'est un accomplissement collectif dont nous pouvons être fiers.**»

2024 a été une année charnière, à la fois exigeante et porteuse d'élan pour l'avenir. Dans un contexte marqué par la hausse continue des coûts, la pénurie de main-d'œuvre et une pression réglementaire accrue, Logements de l'Outaouais a su faire preuve d'agilité, de résilience et de créativité.

L'ouverture du 330 d'Europe en octobre 2024 a marqué l'aboutissement de plusieurs années de travail rigoureux et de collaboration étroite avec nos partenaires, dont la Société d'habitation du Québec (SHQ), la Ville de Gatineau, nos architectes, nos ingénieurs et notre entrepreneur général. Ce nouveau bâtiment de 72 logements permet aujourd'hui d'accueillir des résidents dans un milieu moderne, sécuritaire et stimulant. Il représente bien plus qu'un ajout à notre parc immobilier : il incarne notre engagement à créer des milieux de vie chaleureux, propices à l'inclusion, à l'épanouissement et au développement de liens humains afin de réduire l'isolation.

En 2024, nous avons également déployé des leviers structurants pour améliorer la qualité de vie de nos résidents : la technologie, avec l'installation d'écrans interactifs et un programme de littératie numérique éprouvé; la santé préventive, à travers des activités physiques et cognitives novatrices, menées en partenariat avec des experts du milieu; et la participation sociale, stimulée par l'arrivée d'un animateur à temps plein qui a insufflé une nouvelle vitalité à nos milieux de vie.

Le renouvellement de notre image de marque est venu appuyer cette dynamique, en reflétant davantage notre

identité actuelle : une organisation professionnelle, humaine et tournée vers l'innovation au service des aînés.

Mais au-delà des projets, ce sont les histoires humaines qui donnent tout leur sens à notre mission. Je pense à Mme Hébert, qui a soufflé ses 100 bougies cette année dans notre résidence, toujours pleine de joie et d'humour. Je pense aussi à ces résidents qui ont retrouvé un sentiment d'appartenance, de sécurité, ou tout simplement le plaisir de partager un moment. C'est pour eux, pour vous, que nous poursuivons notre travail. Notre mission est claire : offrir aux aînés des logements abordables, mais aussi un environnement humain, stimulant et digne, où chacun peut vieillir en confiance. Pour cela, nous misons sur l'expertise de notre équipe, l'engagement de nos partenaires et la richesse de notre communauté.

L'année 2025 s'annonce tout aussi prometteuse, avec la transformation numérique de l'organisation, un site web renouvelé et dynamique, la participation à un projet de recherche en prévention du déconditionnement avec l'Université McGill, et la mise en place du programme de Maintien en santé du CISSS de l'Outaouais. Nous continuerons d'avancer avec rigueur, sensibilité et détermination, toujours au service des aînés de l'Outaouais. Merci à tous celles et ceux qui, chaque jour, rendent cette mission possible.

**Alain Tanguay**  
*Directeur général*  
*Logements de l'Outaouais*

# Une histoire en évolution

1967

## Fondation | Lettres patentes | Mission sociale

À la fin des années 1960, la ville de Hull vit de profondes transformations. Le chantier de la Place du Portage et d'autres projets gouvernementaux majeurs entraînent l'expropriation et la démolition de centaines de bâtiments résidentiels, provoquant une grave crise du logement, en particulier pour les ménages à faible revenu.

Ce contexte local reflète une réalité plus large observée partout au Québec : de nombreuses familles vivent dans des conditions précaires et peinent à se loger convenablement. C'est dans cette optique que le gouvernement du Québec crée, en 1967, la Société d'habitation du Québec (SHQ), avec trois objectifs principaux : **favoriser la rénovation des territoires municipaux, faciliter l'accès à la propriété, offrir des logements à loyer modique aux citoyens.**

Dans ce climat d'urgence sociale, un groupe de personnalités de l'Outaouais – dont le juge Avila Labelle, premier président de l'organisme – fonde Logements de l'Outaouais, l'un des tout premiers OSBL d'habitation au Québec. Le 3 octobre 1967, les lettres patentes sont émises, officialisant sa mission : **offrir des logements abordables à des personnes à faible revenu, incluant les aînés et les étudiants.**

1972

## 49 Mutchmore | 1er immeuble | Prêt SHQ

En 1972, l'organisme inaugure son premier immeuble au 49 Mutchmore. Grâce à un prêt de la SHQ remboursable sur 50 ans, cet édifice devient un symbole d'innovation sociale en logement communautaire.

**2018**

### **6 Lesage | Aînés 75+ | Passerelle communautaire**

Plusieurs décennies plus tard, face à une nouvelle pénurie de logements abordables, Logements de l'Outaouais poursuit sa mission. En 2018, il inaugure le 6 Lesage, un immeuble de 49 logements pour personnes âgées de 75 ans et plus, relié au 49 Mutchmore par des passerelles partagées.

**2024**

### **330 d'Europe | Aînés 55+ | Inauguration d'un nouvel immeuble**

Puis, avec l'appui de la SHQ et de la Ville de Gatineau, l'organisme lance un troisième projet : le 330 d'Europe, un complexe de 72 logements pour aînés à faible revenu, situé dans le quartier du Plateau. Inauguré en 2024, ce nouveau bâtiment marque une étape importante dans l'histoire de l'organisme.

Depuis plus de 55 ans, Logements de l'Outaouais offre bien plus qu'un toit : un milieu de vie sécuritaire, humain et stimulant, répondant aux besoins d'une population vieillissante en quête d'autonomie et de dignité.







## Notre mission

Logements de l'Outaouais est un organisme sans but lucratif actif dans la région métropolitaine de l'Outaouais. Il offre et gère des logements abordables avec soutien communautaire et social pour des personnes et familles autonomes vivant une situation de vulnérabilité, notamment des aînés à faible ou aînées de 55 ans et plus.

Au-delà de l'accès au logement, l'organisme s'engage à améliorer les conditions de vie des personnes âgées isolées en favorisant leur bien-être global, la dignité humaine, le respect des droits fondamentaux et la participation citoyenne.

## Nos valeurs

Afin de soutenir l'amélioration des conditions de vie de la population de l'Outaouais et particulièrement de nos locataires, Logements de l'Outaouais veut être un modèle et un précurseur en matière de logement social. Pour ce faire, quatre principes directeurs servent de guide :

**Soutien personnalisé et continu**

**Qualité de vie, assurant le mieux-être et le bien-être de nos membres**

**Responsabilité sociale, communautaire et intégrée**

**Implication des locataires dans leur milieu, interne et externe**



## Les piliers de notre engagement

Ces actions reposent sur **des valeurs fortes**, piliers de sa culture organisationnelle, qui ont été **renouvelées cette année** dans le contexte de l'évolution de l'image de marque de l'organisation :



### **Innovation**

*Moderniser les services et les équipements en intégrant des technologies adaptées aux besoins des résidents, pour améliorer leur qualité de vie.*



### **Professionalisme**

*Agir avec rigueur, compétence et éthique dans la gestion des logements et le soutien aux résidents.*



### **Sécurité**

*Offrir un environnement où les résidents se sentent protégés, en confiance et sereins.*



### **Communauté**

*Favoriser un esprit d'inclusion, de solidarité et d'entraide entre les résidents et les équipes.*



### **Dynamisme**

*Proposer un cadre de vie actif, riche en activités, interactions et possibilités d'épanouissement.*



### **Bien-être**

*Placer la qualité de vie au cœur de chaque intervention, en misant sur un équilibre*

## Nos valeurs éthiques

À ces principes s'ajoutent des valeurs éthiques durables qui guident le travail au quotidien :



### **Intégrité & respect**

*Agir avec honnêteté et équité, en respectant la dignité des personnes & promouvoir l'écoute, l'empathie et la bienveillance.*



### **Responsabilisation**

*Gérer avec rigueur, transparence et conscience sociale.*



### **Excellence**

*Viser l'efficacité, la collaboration et l'amélioration continue dans tous les aspects de l'organisation.*

# Composition du conseil d'administration

Le conseil d'administration de Logements de l'Outaouais est composé de membres engagés issus de divers horizons, dont l'expertise et la vision stratégique **contribuent activement à orienter les décisions de l'organisation et à assurer une gouvernance responsable et éclairée.**



**Jean-Pierre Chabot**  
Président – Citoyen



**Michelle Pedneault-Lamontagne**  
Secrétaire-trésorière – Citoyenne



**Isabelle Patry**  
Administratrice – Citoyen



**Mélanie Duciaume**  
Administratrice – Citoyenne



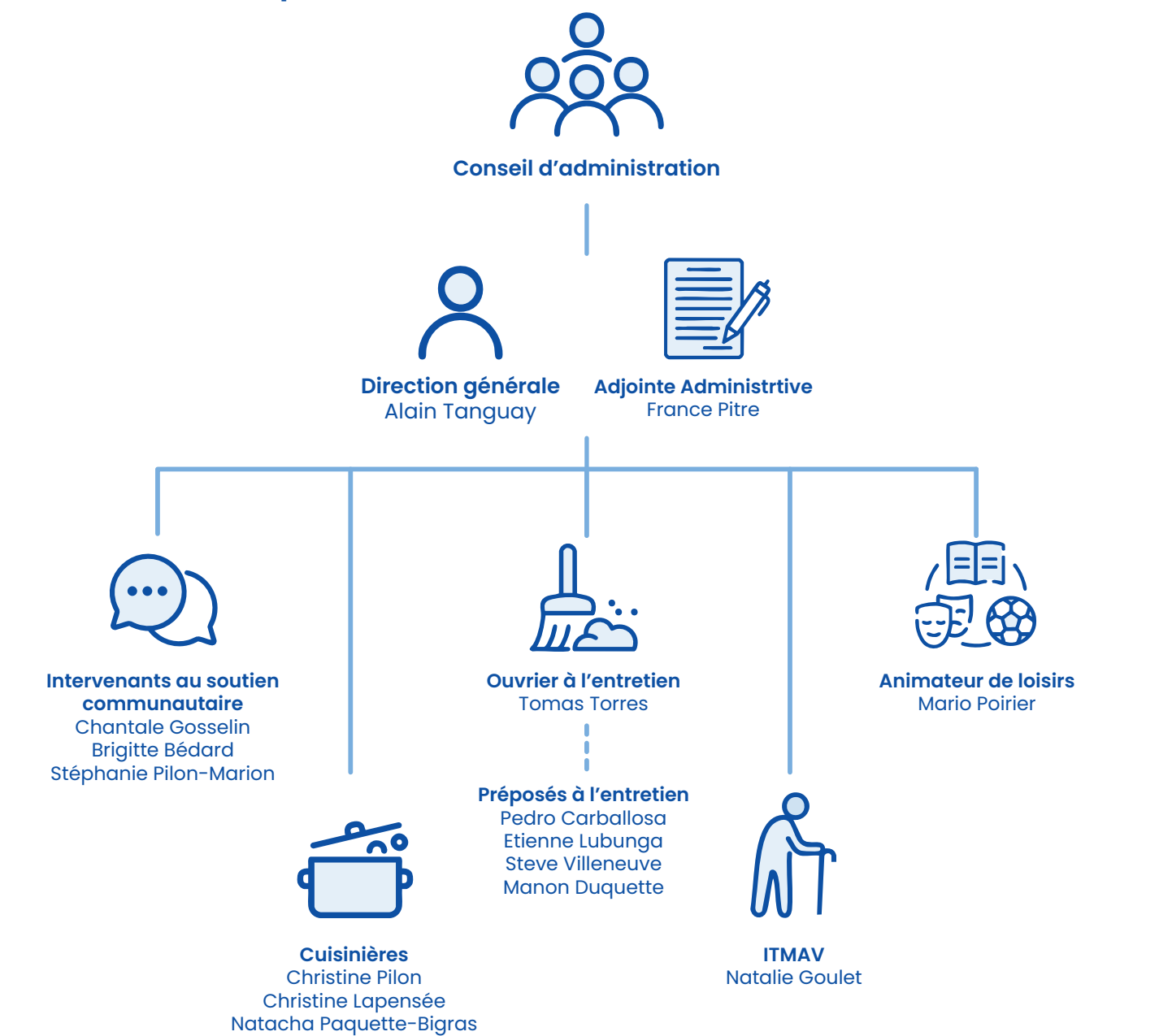
**Betty Brennan**  
Administratrice – Locataire



**Liette Perron**  
Administratrice – Locataire

# Organigramme

L’organigramme ci-dessous illustre la structure de gouvernance et de fonctionnement de Logements de l’Outaouais, mettant en lumière les rôles clés **qui assurent la coordination, la gestion et le déploiement de nos services au quotidien.**



# Résidences pour personnes âgées en Outaouais

Contexte économique et social post-pandémie



## Enjeux financiers et pénurie de logements

En 2024, la situation des résidences pour personnes âgées en Outaouais reste marquée par des défis structurels importants. Depuis le dernier rapport publié en 2020, plusieurs facteurs ont radicalement transformé le paysage résidentiel pour les aînés dans la région et plus largement au Québec.

La pandémie de COVID-19 a eu des effets durables sur la gestion des résidences, nécessitant des investissements considérables pour la mise en place de mesures sanitaires accrues et des protocoles rigoureux qui persistent bien au-delà de la pandémie. La hausse des coûts opérationnels et des exigences gouvernementales accrues ajoute des défis supplémentaires dans un contexte de ressources limitées.

Parallèlement, la crise du logement au Québec, et particulièrement en Outaouais, a aggravé la situation en entraînant une hausse marquée des loyers, jusqu'à 65 % dans certaines régions du Québec depuis 2020 (FRAPRU, Rapport sur le logement, 2024). Face à ces défis, plus de 500 résidences privées pour aînés (RPA) ont fermé leurs portes depuis 2020 dans la province (Association des Résidences pour Aînés du Québec, 2023).

Cette situation accentue la pression sur les OBNL d'habitation pour maintenir des tarifs abordables pour les aînés, d'autant plus critique que la demande ne cesse d'augmenter.



## Vieillessement en santé et maintien à domicile

Le vieillissement démographique s'accélère en Outaouais. Selon Statistique Canada (2024), près de 24 % de la population de la région a maintenant plus de 65 ans. Dans ce contexte, les politiques favorisant le vieillissement en santé et le maintien à domicile deviennent cruciales.

Cependant, le maintien à domicile rencontre d'importantes difficultés dues à **la pénurie de main-d'œuvre qualifiée**, un défi majeur qui touche largement les soins de santé et les services sociaux à tous les niveaux, incluant les résidences pour aînés. Cette situation entraîne **une surcharge pour le personnel existant et met en péril la qualité des services et des soins**.

**+500** *RPA ont fermé au Québec depuis 2020 (ARPAQ, 2023)*

**↑65%** *Loyers en hausse jusqu'à 65% dans certaines régions depuis 2020 (FRAPRU, 2024)*

**24%** *En Outaouais, 24% de la population a plus de 65 ans (Statistique Canada, 2024).*



Maintien à domicile  
freiné par la pénurie  
de main-d'œuvre  
qualifiée.



La pandémie a  
entraîné des coûts  
sanitaires durables  
et élevés.



Hausse des exigences  
gouvernementales  
et des coûts  
opérationnels.

## Une nouvelle réalité sociale – un isolement plus profond

Malgré tous les défis post-pandémie, la conséquence la plus préoccupante demeure **l'isolement social accru chez les résidents âgés**. La pandémie de COVID-19 a provoqué des changements profonds dans la société, et ses répercussions sur les interactions sociales sont particulièrement significatives pour les aînés, entraînant un isolement persistant même après la levée des restrictions sanitaires. La transition accélérée vers un monde de plus en plus virtuel, exacerbée par la pandémie, a créé une fracture numérique qui touche particulièrement cette population.

Selon l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), l'isolement social a augmenté de 60 % le risque de troubles cognitifs chez les personnes âgées, et de nombreuses études démontrent également une forte corrélation avec des troubles de santé mentale comme la dépression et l'anxiété (INSPQ, 2023).

Initialement, la crainte persistante de la maladie et la vulnérabilité accrue des aînés face à la COVID-19 les ont incités à limiter leurs contacts sociaux, une prudence qui perdure chez certains. De plus, les habitudes sociales modifiées et un certain retrait durant les confinements ont rendu difficile le retour à une vie sociale active. La perte de réseaux sociaux et la perturbation des routines habituelles ont également affaibli les liens sociaux. Sur le terrain ça se voit et ça se sent.

Un facteur déterminant dans le maintien de l'isolement réside dans **la fracture numérique et l'accès limité à la technologie**. La pandémie a propulsé le monde virtuel au premier plan des interactions, rendant les outils numériques essentiels pour maintenir les liens sociaux, accéder à l'information et participer à diverses activités. Sans attention particulière à cette nouvelle dynamique sociale, les aînés, en moyenne moins initiés à ces technologies, se retrouvent exclus d'une part croissante de la vie sociale.

Alors que la société post-pandémie continue d'intégrer ces outils numériques, le manque de maîtrise de ces technologies par certains aînés crée un obstacle majeur à leur pleine participation sociale. Les interactions familiales et amicales se déroulent de plus en plus en ligne, les événements migrent vers des plateformes virtuelles, et l'accès à certains services nécessite des compétences numériques.

La pandémie a non seulement induit des changements comportementaux et émotionnels chez les aînés, mais elle a surtout mis en lumière et amplifié une nouvelle dimension de l'exclusion sociale: la fracture numérique. Les résidences et logements se doivent donc de reconnaître et adresser ce défi pour garantir que les aînés ne soient pas laissés pour compte dans un monde où les interactions sociales sont de plus en plus médiatisées par la technologie.



**L'isolement social des aînés s'est aggravé après la pandémie.**



**Le risque de troubles cognitifs augmente de 60% avec l'isolement (INSPQ, 2023).**



**La fracture numérique empêche plusieurs aînés de participer à la vie sociale.**



**Le virage numérique post-pandémie accentue leur exclusion sociale.**

# Projets immobiliers structurants

## Bâtir et renouveler pour mieux loger

En 2024, Logements de l'Outaouais a franchi une étape majeure avec l'inauguration du 330 d'Europe, une nouvelle résidence moderne et inclusive, et la réhabilitation en profondeur du 49 Mutchmore. Ces projets reflètent notre volonté d'adapter nos infrastructures aux besoins actuels des aînés tout en assurant la durabilité de notre parc immobilier.



## Inauguration du 330 d'Europe : une nouvelle ère pour Logements de l'Outaouais

C'est avec une immense fierté que nous avons célébré, en octobre 2024, l'inauguration officielle du 330 d'Europe, notre troisième résidence pour aînés à Gatineau. Ce projet d'envergure, amorcé en 2016, a été le fruit de plusieurs années de travail soutenu et de collaboration étroite entre notre équipe de direction, la Ville de Gatineau, nos architectes, et notre entrepreneur général.

## Un milieu de vie innovant

La réalisation de ce bâtiment représente bien plus qu'un chantier complété : il incarne la **concrétisation d'une vision collective** visant à répondre aux besoins croissants en logements abordables pour les personnes âgées de la région. Malgré les défis inhérents à tout projet immobilier de cette ampleur – retards liés à la pandémie, hausses des coûts de construction, complexité des étapes de conception et d'approbation – notre équipe n'a jamais cessé de travailler d'arrache-pied pour mener à bien cette mission.

Le 330 d'Europe accueille désormais ses premiers résidents dans un **immeuble moderne, chaleureux et inclusif, comptant 72 logements (dont 53 unités de type 3 ½ et 19 unités de type 4 ½)**. Conçu selon les plus hauts standards d'accessibilité et de qualité architecturale, le bâtiment a été pensé pour offrir un environnement de vie stimulant et sécuritaire.

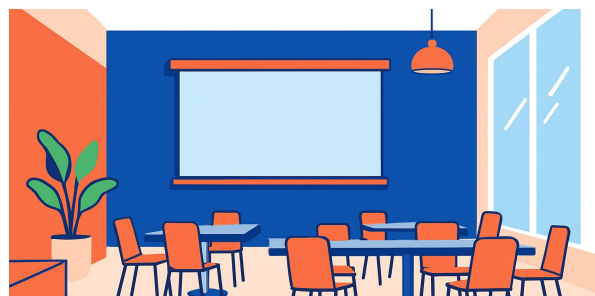
Les aires communes ont été soigneusement aménagées pour **favoriser la vie sociale, le confort et l'épanouissement personnel**.

Chaque détail de la conception reflète notre volonté de **favoriser le maintien à domicile dans un milieu de vie stimulant**, où les liens humains peuvent se tisser naturellement, et où la qualité de vie des résidents est au cœur des priorités.

Ce projet marque une étape charnière dans le développement des Logements de l'Outaouais et témoigne de notre engagement durable envers la communauté. Nous tenons à remercier tous nos partenaires, employés et collaborateurs pour leur dévouement et leur persévérance. Le 330 d'Europe est bien plus qu'un immeuble : **c'est un lieu de vie porteur d'avenir pour les aînés de Gatineau**.



Une vaste **salle à manger conviviale**



Une **salle multifonctionnelle** baignée de lumière naturelle, entièrement vitrée et dotée de hauts plafonds



Une **terrasse**, un aménagement paysager luxuriant qui fait sentir aux résidents qu'ils sont en pleine nature. Un véritable havre de paix pour les résidents, offrant un lieu de rassemblement et de détente avec vue sur le quartier.



# Réhabilitation du 49 Mutchmore

Préserver, moderniser et mieux accueillir



En 2024, des travaux majeurs de réhabilitation ont été entrepris au 49 Mutchmore, notre première résidence, construite en 1970. Cet investissement stratégique de 2 millions de dollars visait à moderniser en profondeur l'immeuble tout en assurant la pérennité, dans un souci constant d'améliorer la qualité de vie de ses occupants. Les travaux réalisés et/ ou en cours de réalisation, incluent:

**Isolation supérieure du bâtiment** pour un meilleur confort thermique et une efficacité énergétique accrue;

**Un système de ventilation amélioré** avec l'ajout d'un échangeur d'air et d'un makeup air afin d'assainir la qualité de l'air;

**La mise à jour d'une partie du système de plomberie et des chauffe-eau**, assurant une fiabilité accrue et une sécurité renforcée;

**La rénovation de murs intérieurs**, contribuant à un environnement plus sain, moderne et agréable à vivre;

**Le remplacement de fenêtres**, améliorant à la fois l'esthétique, la luminosité et l'isolation sonore.

Ces interventions s'inscrivent dans notre engagement à offrir des milieux de vie sûrs, dignes et adaptés au vieillissement, tout en valorisant les immeubles existants de notre parc immobilier. La réhabilitation du 49 Mutchmore est un exemple concret de notre volonté de prolonger la durée de vie de nos bâtiments, tout en répondant aux standards actuels en matière de sécurité, de salubrité et de bien-être résidentiel.

Grâce à ces travaux, les résidents bénéficient désormais d'un environnement plus confortable, plus sécuritaire et plus écoénergétique, fidèle à notre mission d'offrir des logements abordables de qualité à nos aînés.

# Initiatives et partenariats en 2024

Un pas de géant vers l'avant pour le bien-être de nos résidents



L'année 2024 a été porteuse de renouveau et d'innovation pour Logements de l'Outaouais. En plus de renforcer les bases de ses services, l'organisation a investi dans de nouvelles initiatives structurantes afin d'améliorer la qualité de vie des résidents, favoriser leur autonomie, stimuler leur bien-être et renforcer son positionnement régional comme acteur majeur du logement communautaire pour aînés.

## Animation et activités

---

En 2024, dans le but de dynamiser la vie communautaire, de stimuler les résidents et de contrer l'isolement, l'organisation a embauché un animateur à temps plein en avril : **Mario Poirier**. Grâce à **son enthousiasme, son dynamisme et sa remarquable capacité à mobiliser** les résidents, une programmation d'activités structurée, continue et adaptée aux capacités de chacun a été mise en place. Résultat : plus de **25 types d'activités différentes**, offertes quotidiennement, pour un total de plus de **500 activités annuelles**!

L'embauche de cet animateur, combinée à l'effort soutenu pour proposer des activités stimulantes et diversifiées, illustre pleinement l'engagement de Logements de l'Outaouais envers le bien-être et l'épanouissement de ses résidents.



## Programmation d'activités – Santé, culture et bien-être

---



### Des ateliers de renforcement physique, incluant :

- marches guidées;
- sports virtuels comme le ski et l'escalade via la plateforme Ludofit ©, en collaboration avec le CISSS de l'Outaouais, pour favoriser une activité physique dynamique et sécuritaire;
- lancer de « hache » adapté;



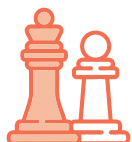
### Des jeux cognitifs, dont :

- Cerveaux actifs®, développé par Gilles Bergeron, docteur en psychologie cognitive;



### Des expériences de réalité virtuelle immersives, permettant :

- aux résidents de visiter virtuellement de la plateforme Super Sublime des expositions ou des lieux de rêve à travers le monde;



### Des jeux sociaux, dont :

- des jeux de société en groupe;
- du shuffleboard;
- d'autres jeux sociaux divers;



### Des projections de documentaires et films :

- sélectionnés selon les intérêts des résidents;



### Des ateliers créatifs, tels que :

- la création de cartes de Noël et d'anniversaire;
- le dessin au pastel;
- la peinture acrylique et l'aquarelle;
- souvent animés en collaboration avec des artistes invités;



### Des ateliers de réflexion philosophique:

- offerts en groupe ou en individuel;



### Du jardinage collectif :

- à l'intérieur du 6 Lesage et sur le toit du 330 d'Europe.

---

À l'été 2025, Mario sera appuyé par trois étudiants issus des domaines de la physiothérapie, de la médecine et de l'audiologie, permettant d'enrichir encore davantage les activités offertes.

# Programme de littératie numérique

Une initiative éprouvée pour l'autonomie des aînés



## Un programme éprouvé

En 2024, en partenariat avec Eleva, Logements de l'Outaouais a mis en place **un programme structuré de littératie numérique visant à favoriser l'autonomie, réduire l'isolement social et diminuer l'anxiété liée à la technologie chez les aînés**. L'objectif est de rendre les résidents indépendants dans l'usage **de tablettes électroniques préprogrammées**, adaptées à leurs besoins et capacités.

Ce programme est déployé avec succès dans plusieurs milieux communautaires au Québec. Il affiche **un taux de réussite de 97 %**. Les participants rapportent être indépendants avec l'appareil intelligent prêté à la fin du programme de 8 semaines et un haut taux de satisfaction.

Ce programme conçu pour le rythme et les intérêts des aînés se déroule en 8 séances : 5 ateliers guidés par un formateur et 3 pratiques supervisées.

Le contenu, à la fois pratique et stimulant, couvre la création d'une adresse courriel, l'utilisation de plateformes de communication et de médias sociaux (Facebook, Messenger, WhatsApp, incluant les appels vidéo), la navigation sécuritaire sur Internet, ainsi que l'accès à des ressources numériques sur la santé, la nutrition, l'exercice physique et le divertissement.



## Les retombées pour les participants

### Autonomie numérique

Compétences concrètes et sentiment de contrôle

### Lien social renforcé

Communication facilitée avec les proches

### Confiance accrue

Diminution de l'anxiété numérique

### Santé proactive

Accès facilité à des ressources fiables

### Fierté personnelle

Valorisation des apprentissages

## Une pérennité assurée pour le projet

### Formation de l'équipe locale

Assurer l'autonomie du programme

### Mobilisation de bénévoles

et entraide entre résidents

### Culture numérique

Création d'une culture bienveillante  
et durable dans les résidences

Ce programme est en cours de lancement dans nos trois résidences et les participants affichent déjà leur enthousiasme et leur satisfaction!

# Installation d'écrans interactifs

## Dynamiser la vie en résidence

En 2024, en collaboration avec Eleva, nous avons entamé un projet d'ajout de télévisions dans les espaces partagés de nos trois résidences.

Ces écrans visent à **encourager la participation aux activités, nourrir la curiosité des résidents et leur offrir un contenu diversifié** et stimulant, différent de ce qu'ils consulteraient spontanément en ligne.

Cette initiative **enrichit l'expérience des résidents et reflète notre engagement à innover** continuellement pour améliorer le bien-être et l'autonomie de nos résidents, tout en créant un **environnement vivant, éducatif et inclusif**.

Les télévisions diffusent :



L'horaire des activités



Les menus



Rappels importants



Capsules éducatives



Pensées positives



Contenus variés  
(santé, science, arts & culture)



Quiz interactifs & code QR  
(menant vers des articles ou vidéo)

# Activité « Le mouvement, c'est la vie »

En collaboration avec Eleva, Logements de l'Outaouais a lancé le programme « Bewegen is Leven » qui signifie « Le mouvement, c'est la vie », une initiative novatrice importée des Pays-Bas conçue par des ergothérapeutes et gériatres.

Ce programme propose **des jeux ludiques sous forme d'exercices de coordination** visant à favoriser le rire, la socialisation, l'activité physique, la prévention des chutes et la stimulation cognitive des résidents grâce à des vidéos engageantes. En complément des vidéos conçues pour guider les animateurs dans la réalisation des jeux, une boîte contenant tout le matériel nécessaire est utilisée afin de faciliter l'animation et l'adaptation des activités en fonction des capacités variées des participants.

Apprécié pour sa simplicité, son rythme et son effet dynamisant, « Bewegen is Leven » s'intègre parfaitement aux activités des résidences, offrant aux aînés une nouvelle façon de s'épanouir et de rester actifs.



## Renouvellement de l'image de marque

**Professionalisme et dynamisme au cœur de notre organisation en évolution!**



En 2024, l'organisation a entrepris un vaste projet de renouvellement de son image de marque, en collaboration avec Eleva et ses partenaires. Ce renouveau vise à refléter le professionnalisme et le dynamisme des résidences, tout en s'adaptant aux évolutions et aux nouveaux projets de l'année.

Le nouveau logo, aux formes et aux couleurs à la fois professionnelles, engageantes et dynamiques, symbolise l'esprit de communauté de Logements de l'Outaouais.

Un nouveau site web sera également lancé en 2025 pour renforcer cette identité renouvelée. En modernisant ainsi son image, Logements de l’Outaouais s’assure de mieux répondre aux besoins de ses résidents, professionnaliser son image auprès de ses partenaires, et de promouvoir une vision tournée vers l’avenir.



# Les services

**Intervention de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV) : un maillon essentiel de proximité**



Depuis juin 2019, Logements de l’Outaouais offre des services d’intervention de milieu pour ses locataires et les résidents du quartier. Depuis 2023, Natalie Goulet a repris ce rôle. L’ITMAV a pour mission de :

- |  |  |
|--|--|
| <b>Repérer les aînés en situation de vulnérabilité</b>             | <b>Être à l’écoute de leurs besoins</b>              |
| <b>Les orienter vers les ressources communautaires appropriées</b> | <b>Les accompagner dans leurs diverses démarches</b> |

## Accomplissement et statistiques 2024-2025

L'intervenante de milieu a déployé des efforts considérables en repérage, accompagnement et référence, comme en témoignent les statistiques suivantes :







### Actions de repérage

 <b>70 heures mensuelles en moyenne consacrées au repérage</b>	 <b>4000 personnes rejointes</b>	 <b>200 personnes repérées</b>
--	--	--

### Méthodes de repérage utilisées

- Participation à des événements
- Références de professionnels et personnes sentinelles
- Publicité
- Références d'organismes
- Fréquentation de lieux publics  
*(clubs de personnes âgées, bingos, dîners communautaires, salons de la FADOQ, kiosque de la table des âgées)*
- Bouche-à-oreille

### Actions d'accompagnement

 <b>70 heures mensuelles en moyenne consacrées à l'accompagnement</b>	 <b>74 personnes accompagnées</b> (36 femmes & 38 hommes)	 <b>65 à 74 ans</b> 45 personnes
		 <b>75 à 84 ans</b> 19 personnes
		 <b>85 ans &amp; +</b> 10 personnes
 <b>1377 interventions réalisées auprès des personnes accompagnées</b>		

### Types d'accompagnement

- Téléphone, courriel, texto et/ou messenger
- Rencontres individuelles
- Tripartites
- Rencontre de groupe
- Accompagnement pour des services ou rendez-vous



## Actions de référence



102 références  
effectuées au total

7 vers des organismes communautaires

74 vers le réseau de la santé et des services sociaux

1 vers la ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés (SAVA)

2 vers d'autres services (logement, formulaires divers)

## Partenariats

### Principaux collaborateurs

Le CISSSO, la police de Gatineau, ainsi que les députés fédéraux et provinciaux

### Réalisation notable

Collaboration avec la police de Gatineau, le CISSSO et l'ITMAV suite à une fraude signalée

## Difficultés rencontrées

L'ITMAV a dû composer avec plusieurs défis, notamment **la pénurie de personnel, les coupures et le manque de communication au sein des services publics.**

De plus, la prise en charge de cas complexes, en particulier ceux liés **à la santé mentale et aux soins de santé**, ainsi que **les restrictions affectant les chèques emploi service**, ont posé des difficultés supplémentaires.



# Repas, soutien communautaire et nutrition

Un levier d'inclusion sociale aux Logements de l'Outaouais



L'alimentation est au cœur de notre stratégie de lutte contre l'isolement : chaque repas devient un prétexte pour rassembler, écouter et soutenir. Depuis 2018, Logements de l'Outaouais, en collaboration avec le Regroupement des cuisines collectives de Gatineau, a fait de l'alimentation un véritable levier d'intervention : **améliorer la qualité et l'accessibilité des repas, tout en brisant l'isolement**. Bien plus qu'un simple toit, l'organisme se positionne comme un pilier de soutien dans le quotidien et la participation citoyenne de ses locataires.

C'est ainsi que, dès son arrivée, **Chantale Gosselin**, éducatrice spécialisée, a pris les rênes d'un rôle multifacette au 49 Mutchmore : cuisinière, animatrice et surtout intervenante de première ligne. Sa présence quotidienne crée un cadre chaleureux où les résidents se

sentent libres de se confier ; elle repère ainsi rapidement toute situation de vulnérabilité et oriente vers l'ITMAV, le CISSSO ou d'autres partenaires au besoin.

**Ce soutien communautaire s'articule autour de quatre axes :**



**Présence de proximité** favorisant la confiance ;



**Repas nutritifs et abordables** pour assurer la sécurité alimentaire ;



**Activités et événements collectifs** qui dynamisent la vie communautaire ;



**Référencement efficace** vers les ressources externes appropriées.

# Activités phares

## 1. *Bistro 6 | 49* : plus de 10 440 repas distribués par an

Du lundi au vendredi, le *Bistro* du 49 Mutchmore propose deux formules abordables. Ces tarifs quasi inchangés depuis 2018, ont permis de servir plus de 40 repas par an, tout en offrant un « point de contact permanent » où une discussion libre peut révéler un besoin d'aide plus spécifique. Les résidents affectionnent tout particulièrement cet espace, affectueusement baptisé le « *Bistro* ».

On l'appelle tantôt le « *Bistro du 49* », tantôt le « *Bistro 6 | 49* » : une façon d'inclure les résidents du 6 Lesage tout en rappelant le « gros lot » que représente ce lieu de rencontre pour la communauté des Logements de l'Outaouais!



**Déjeuners - 2\$**  
lundi et vendredi



**Dîners complets - 3\$**  
mardi et mercredi

## 2. Repas communautaires et cafétéria conviviale

Au 49 Mutchmore, une offre de repas en salle à manger (déjeuner et dîner) est disponible avec contribution volontaire. Au 6 Lesage, une vaste cafétéria et une cuisine tout équipée permettent aux résidents de manger dans une atmosphère chaleureuse, d'échanger librement et de compter sur l'écoute attentive de la cuisinière

Christine qui prépare ses plats avec amour et les sert toujours avec un beau sourire chaleureux. Elle est toujours à l'écoute des résidents pour offrir un petit plus adapté à chacun. . Tous confirment l'impact positif de ne pas manger seuls et de pouvoir parler ouvertement.

## 3. Distribution alimentaire hebdomadaire – partenariat Moisson Outaouais

**Chaque jeudi, ≈ 50 sacs d'épicerie** (fruits, légumes, pain, viande, produits laitiers, œufs) sont remis aux résidents à faible revenu qui en font la demande du 49 Mutchmore et du 6 Lesage, **soit ≈ 2 600 sacs/an**.

Les échanges spontanés d'aliments entre résidents ainsi que le frigo et congélateur partagés limitent le gaspillage et renforcent une véritable solidarité de corridor.

Dix bénévoles – dont Isabelle Patry du CA et Yves Rochon, ancien employé, et plusieurs résidents réceptionnent, trient et distribuent les denrées. La participation sociale à son meilleur!



**MOISSON**  
OUTAOUAIS

• LA BANQUE ALIMENTAIRE RÉGIONALE •

## 4. Zoothérapie – partenariat Museaux Plus

Une séance hebdomadaire (chiens, lapins, cochons d'Inde) apaise, réduit le stress et stimule la communication non verbale. Un noyau fidèle de cinq participantes régulières illustre la force de cette activité pour briser l'isolement et tisser des amitiés durables. S'ajoutent ponctuellement un résident ou une résidente qui viennent se greffer au groupe l'espace d'un après-midi.



**Museaux Plus**  
Z O O T H É R A P I E

## 5. Ambiance chaleureuse et festive toute l'année

---

Musique, cuisine ouverte et animations variées rythment le quotidien :



### Événements saisonniers

St-Jean-Baptiste, Halloween, Noël, cabane à sucre, etc., centrés sur un grand repas festif.



### Des après-midi musicaux

Jacques Bergeron, également caricaturiste, guitariste et auteur-compositeur, contribue généreusement à l'ambiance avec sa créativité et son enthousiasme contagieux. D'autres moments musicaux informels voient aussi le jour au printemps, avec des couples de musiciens qui chantent et jouent en après-midi, souvent après le repas.



### Pizza-party de la Saint-Valentin

pizzas artisanales préparées par le pizzaiolo-résident Jacques Bergeron

## 6. Ateliers et initiatives collectives

---



### Jardins communautaires

Les jardins communautaires participent eux aussi à cet esprit de convivialité. Trois bacs surélevés ont été aménagés au 49 Mutchmore, où les résidents cultivent des légumes frais et des fraises, tandis que des bacs supplémentaires sont installés sur le toit du 6 Lesage.

Ces espaces verts conviviaux favorisent l'approvisionnement local, encouragent l'activité physique douce, stimulent les échanges intergénérationnels et permettent à chacun de contribuer, à son rythme, à un projet collectif nourrissant – au propre comme au figuré



### Relance de la cuisine collective (2025)

Suspendue depuis 2020, l'activité renaîtra dans les deux résidences. Les résidents souhaitent cuisiner en groupe, vendre les portions à prix coûtant pour autofinancer l'achat d'ingrédients ou simplement participer pour le plaisir de cuisiner ensemble. La concrétisation dépend d'un appui financier et humain supplémentaire ; une planification est déjà en cours.

---

En conjuguant repas partagés, sécurité alimentaire et activités variées, Logements de l'Outaouais crée un filet social solide : un environnement où chaque résident trouve écoute, soutien et occasion de participation citoyenne.



# Programme Viactive

## Bouger pour rester autonome et en santé

Le programme Viactive qui s'adresse aux personnes de 50 ans et plus a été créé par Kino-Québec en 1988. Implanté à Logements de l'Outaouais par le club d'âge d'or Les Joyeux Retraités en 2006, il en est à sa 19<sup>e</sup> année. Ces sessions d'exercices de mise en forme animées par Mme Hélène Gauvin, une résidente-bénévole formée. Viactive propose **des activités physiques adaptées aux besoins des résidents**. La proximité de ce service facilite l'engagement régulier dans l'exercice.

### Les avantages principaux

---



**Réduction du risque de chutes** grâce à des exercices axés sur l'équilibre et le renforcement musculaire des membres inférieurs.



**Amélioration de la santé cardiovasculaire** par l'activité physique régulière.



**Maintien de la mobilité et de la force**, ce qui aide à préserver l'autonomie dans les activités quotidiennes.



**Effets positifs sur le bien-être mental**, notamment la réduction du stress et l'amélioration de l'humeur.



**Opportunités de socialisation** à travers les activités de groupe.

---

En somme, Viactive offre un accès direct à des programmes d'exercice conçus pour soutenir la santé physique et mentale des résidents, contribuant ainsi au maintien de leur autonomie et à une meilleure qualité de vie au sein de leur environnement de vie.



# Club « Les Joyeux Retraités »

Une communauté vivante, un club tourné vers l'avenir

Fondé en 1980, le club de l'âge d'or Les Joyeux Retraités est devenu un lieu de rassemblement essentiel pour les résidents des Logements de l'Outaouais et les aînés du quartier. Depuis sa création, le club favorise une communauté dynamique grâce à des activités de loisirs partagées, avec pour mission fondamentale de créer un environnement social enrichissant, propice aux interactions stimulantes et gratifiantes. Au fil du temps, le club est devenu un partenaire important de Logements de l'Outaouais.

En 2019, le nombre de membres a atteint un sommet de plus de 200, bien qu'il soit actuellement de 176. Comme de nombreuses organisations, les activités du club ont été considérablement perturbées par la pandémie de COVID-19, ce qui a nécessité une période de suspension. Cependant, Les Joyeux Retraités ont repris leurs activités habituelles, en adoptant une perspective nouvelle et en intégrant une plus grande place à la technologie. L'organisation organise un souper communautaire 6 fois par année dans nos résidences, et c'est toujours un plaisir pour tous de s'y retrouver, et pour nos résidents de rencontrer davantage de gens!



## Café internet

Un accès libre à la technologie, au service des résidents



La salle d'ordinateur est un lieu calme où les locataires ont à leur disposition cinq ordinateurs et une imprimante, qui comprennent les programmes de base de traitement de texte et de données, des jeux ainsi que l'accès à internet, et ce, gratuitement et en tout temps.

# Salles communes

Des espaces collectifs de qualité pour favoriser la socialisation



Au 330 d'Europe, ces espaces atteignent un niveau supérieur de qualité et de convivialité. L'immeuble abrite **une vaste salle à manger lumineuse** qui sert aussi de lieu de socialisation quotidienne. On y partage bien plus que des repas, c'est un véritable carrefour d'échanges et de rencontres.

S'y ajoute une impressionnante **salle multifonctionnelle, entièrement vitrée, avec de très hauts plafonds**, pouvant accueillir plus d'une trentaine de personnes. Ce lieu chaleureux permettra aux résidents et à leurs invités de se rassembler pour jouer à des jeux, discuter ou visionner des contenus variés sur un **téléviseur grand format ou au moyen d'un projecteur**. Il s'agit d'un environnement conçu pour favoriser la détente, le plaisir et le lien humain.

Enfin, la terrasse sur le toit du 6 Lesage ainsi que celle du 330 d'Europe constituent **des espaces extérieurs exceptionnels**. Offrant une vue dégagée sur le quartier, elles deviennent, dès les beaux jours, **des lieux prisés pour socialiser**, se détendre au soleil ou partager un moment privilégié entre voisins et proches.

Ces espaces sont pensés pour **encourager la vie communautaire, briser l'isolement et enrichir le quotidien** de nos résidents par des moments simples, mais significatifs.



# Les 100 ans de Fernande Hébert

Résidente chez nous depuis 40 ans!

Nous tenons à rendre un vibrant hommage à Madame Fernande Hébert, une résidente exceptionnelle qui célèbre fièrement ses 100 ans. Quelle magnifique étape!

Depuis plus de quatre décennies, son appartement est un foyer chaleureux au sein de notre communauté. Madame Hébert n'est pas seulement une locataire de longue date, mais une véritable conteuse dont les récits, empreints de détails savoureux et d'un humour contagieux, enchantent tous ceux qui ont le plaisir de l'écouter. Sa joie de vivre, son esprit sociable et sa redoutable habileté aux cartes font d'elle une personne précieuse et appréciée de tous. Nous lui adressons nos plus chaleureuses félicitations pour ce 100e anniversaire et lui souhaitons encore de nombreuses années de bonheur et de rires parmi nous!



## Témoignages

### Témoignages de résidents des Logements de l'Outaouais



« Je me sens très privilégiée de vivre ici. Il y règne une belle atmosphère d'amitié et d'entraide. »

Tous les membres de l'équipe de direction sont disponibles pour nous écouter et s'assurer que tout va bien. En plus, nous bénéficions d'une grande variété d'activités, tant physiques qu'intellectuelles, qui font l'envie des locataires des immeubles environnants. Chaque fête de l'année est soulignée avec un souper et une soirée, ce qui nous aide à briser l'isolement et à retrouver un peu de joie. Je remercie chaque jour la chance que j'ai. »

Hélène, résidente du 6 Lesage



« Je suis heureuse de vivre aux Logements de l'Outaouais. On y fait tout pour nous garder alertes, que ce soit au niveau physique, psychologique ou cognitif. »

Certains employés sont particulièrement attentifs et à l'écoute de nos besoins. En plus, les logements sont parmi les plus abordables de la ville, très bien insonorisés, et l'accueil est toujours chaleureux et respectueux, peu importe qui nous sommes. »

Thérèse, résidente



**« Habiter à Logements de l'Outaouais, c'est presque comme être en vacances tellement il fait bon y vivre ! Le logement est lumineux, spacieux, sécuritaire et abordable. Les espaces communs sont accueillants, propres et bien aménagés, ce qui nous permet de participer à une vie communautaire riche. »**

Le personnel, qu'il soit administratif, aux loisirs, à l'entretien ou en cuisine, est toujours à l'écoute et engagé. C'est aussi un lieu propice pour adopter de nouvelles habitudes de vie et tisser des liens d'amitié. J'éprouve une grande gratitude pour la paix d'esprit que me procure ce milieu de vie. »

**Marie**, résidente du 330 d'Europe



**« Depuis l'arrivée de l'animateur, l'énergie au 6 Lesage a complètement changé. Il est chaleureux, toujours souriant et sa porte est toujours ouverte. »**

Son enthousiasme est contagieux, surtout avec ses idées originales comme le yoga du rire, qui nous incitent à sortir de chez nous. C'est un rayon de soleil pour ceux qui vivent des journées plus difficiles.

Les employés sont très généreux de leur temps. Ils prennent le soin de bien expliquer les choses et de nous écouter. M. Tanguay a un excellent instinct pour engager des gens de cœur, et Chantale se démarque par sa belle présence et son écoute exceptionnelle. »

**Gisèle**, résidente du 6 Lesage

**« Je n'aurais jamais cru que quitter ma maison pour m'installer ailleurs pourrait me rendre aussi heureuse. J'adore vivre ici, au 330 d'Europe. »**

L'environnement me plaît énormément, avec la bibliothèque, le restaurant, les commerces et surtout mes amies. Je suis vraiment bien ici. »

**Adèle**, résidente du 330 d'Europe

**« Je me sens en sécurité, entourée de gens aimables et gentils. »**

Les activités me plaisent beaucoup, et je ne me sens pas seule. Mario m'a accueillie à bras ouverts, avec toute sa chaleur humaine. »

**Nicole**, résidente

## Témoignages d'un partenaire



**« Travailler avec les Logements de l'Outaouais a été une expérience des plus enrichissantes pour Eleva. En tant qu'organisation sans but lucratif dédiée à l'intégration de solutions technologiques pour le bien-être des aînés, nous avons trouvé en eux un partenaire dynamique et visionnaire. »**

Leur engagement envers le bien-être de leurs résidents se reflète dans chaque initiative que nous avons déployée ensemble. Que ce soit à travers notre programme de littératie numérique ou la modernisation de leur image de marque, les Logements de l'Outaouais ont toujours su faire preuve d'ouverture et d'innovation.

Grâce à leur volonté d'offrir le meilleur à leurs résidents, nous avons pu, ensemble, améliorer l'efficacité, stimuler l'autonomie des aînés, et renforcer le lien social au sein de leur communauté. C'est un plaisir de collaborer avec une équipe aussi dévouée et progressiste. »

**Myriam Denault-Bois**, directrice générale d'Eleva





# Nos partenaires



## CISSS de l'Outaouais

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Outaouais est l'autorité régionale en matière de santé et de services sociaux. Il coordonne les soins de première ligne, les services aux aînés, et les partenariats communautaires en santé publique.

En 2024, le CISSS a joué un rôle clé dans la mise en œuvre d'activités physiques adaptées grâce à la plateforme Ludofit en collaboration avec Eleva, et a contribué à soutenir le développement du programme d'animation pour les résidents. Il est également un allié de premier plan pour l'intervenante de milieu (ITMAV), notamment dans l'accompagnement des cas complexes et les références au réseau de soins.



## Ludofit

Développée au Québec, Ludofit est une plateforme interactive qui permet aux aînés de pratiquer des sports virtuels (ex. : ski, escalade) dans un cadre sécuritaire et stimulant. Elle combine activité physique et plaisir, grâce à des environnements immersifs.

En collaboration avec le CISSS de l'Outaouais, Ludofit a été intégrée en 2024 à notre programmation d'activités physiques quotidiennes. Les résidents peuvent ainsi bouger en toute sécurité, tout en s'amusant, favorisant à la fois la santé physique, la coordination et le plaisir partagé.



**Croix-Rouge  
canadienne**

## Croix Rouge

Présente partout au pays, la Croix-Rouge canadienne intervient dans les situations d'urgence, de santé publique et de soutien humanitaire.



## ELEVA

ELEVA est un organisme à but non lucratif qui conçoit et implante des solutions technologiques pour améliorer la santé, l'autonomie et la qualité de vie des aînés au Québec. En 2024, ELEVA a été un partenaire stratégique dans plusieurs initiatives majeures :

- le programme de littératie numérique, qui a autonomisé notre équipe dans l'enseignement aux résidents à l'usage de tablettes intelligentes;
- l'installation d'écrans interactifs dans les espaces communs;
- l'introduction des programmes ludiques et mobilisateurs *Bewegen is Leven* et *Ludofit*;
- la modernisation de notre image de marque et la création d'un nouveau site web à venir.

Leur approche humaine, créative et technologique contribue à transformer le quotidien des résidents.



## Moisson Outaouais

Moisson Outaouais est la principale banque alimentaire régionale, qui récupère et redistribue chaque semaine des denrées alimentaires à plus de 60 organismes partenaires.

Depuis 2019, et encore en 2024, Moisson Outaouais assure la livraison hebdomadaire de denrées à plus de 50 de nos résidents en situation d'insécurité alimentaire. Ce soutien constant améliore concrètement la qualité de vie nutritionnelle de nombreux aînés, particulièrement ceux vivant seuls ou avec des ressources limitées



## Université McGill

Institution universitaire de renommée mondiale, l'Université McGill est un acteur majeur en recherche en santé, en innovation sociale et en médecine gériatrique.

En 2025, Logements de l'Outaouais a été choisi comme site pilote pour le projet SAFE Seniors, une étude clinique portant sur l'impact d'exercices physiques encadrés (3 fois/semaine, sur 8 semaines) sur la condition physique et la santé mentale d'aînés fragilisés. 50 résidents participeront activement à ce projet dès 2025, et contribueront à l'avancement des connaissances sur le vieillissement en santé.



## La Ville de Gatineau

La Ville de Gatineau est un partenaire institutionnel engagé dans la lutte contre l'exclusion et pour le développement social. Elle soutient les initiatives d'habitation, d'accessibilité et de vieillissement en santé.

En 2024, la Ville de Gatineau a été un partenaire déterminant dans l'aboutissement du projet de construction du 330 d'Europe, notre troisième résidence pour aînés. Son appui politique, technique et financier a contribué à offrir 72 logements modernes, abordables et accessibles. Son soutien se manifeste aussi dans l'encouragement à l'innovation sociale au sein de notre organisme

## Club Les Joyeux Retraités

Fondé en 1980, ce club d'âge d'or est un regroupement d'aînés actif dans la communauté gatinoise, reconnu pour son rôle de rassembleur et son engagement envers le bien-être des personnes âgées.

Depuis plus de 15 ans, le club est un partenaire essentiel des Logements de l'Outaouais. Il est à l'origine de l'implantation du programme Viactive, une activité de mise en forme hebdomadaire adaptée aux aînés, animée par une résidente bénévole. Le club participe aussi à plusieurs événements communautaires et demeure un pilier du tissu social local.

# Données démographiques

Le tableau ci-dessous présente un portrait global des résidents des trois immeubles de Logements de l’Outaouais, mettant en lumière les données démographiques clés qui orientent nos actions et reflètent la réalité humaine de notre mission.

## 49 Mutchmore



## 330 d’Europe



## 6 Lesage



## Ensemble des résidences



L’analyse des données démographiques au 31 décembre 2024 met en lumière plusieurs constats significatifs sur la population desservie par les trois résidences des Logements de l’Outaouais.

## Vieillessement de la population – 6 Lesage

Un vieillissement marqué à la résidence 6 Lesage, où l’âge moyen atteint 83 ans, comparativement à 75 ans à 49 Mutchmore et 74 ans au 330 d’Europe- qui accueille des résidents à partir de 55 ans. **Ces réalités différentes démontrent l’adaptation nécessaire des services à chaque résidence, par exemple un accompagnement accru dans certains services au 6 Lesage.**

## Mission sociale pleinement assumée

Une mission sociale pleinement assumée au 330 d'Europe et au 6 Lesage, où respectivement 86 % et 82 % des locataires bénéficient d'un logement subventionné. **À titre comparatif, cette proportion est de 36% au 49 Mutchmore, puisque le programme des PSL n'est plus accessible au 49 Mutchmore (convention de 35 ans terminée) donc nous pouvons conclure que 45% des résidents ont besoin d'une subvention mais n'en ont pas.**

## Revenus modestes – Locataires subventionnés

Des revenus modestes chez les locataires subventionnés, particulièrement au 49 Mutchmore, où le revenu annuel moyen s'élève à 20 810 \$. Ce chiffre augmente graduellement dans les autres résidences, atteignant 25 597 \$ au 6 Lesage, sans doute en lien avec une stabilité financière accrue chez les aînés plus âgés.

## Légère prédominance féminine

Une légère prédominance féminine dans l'ensemble du réseau, avec une majorité marquée au 6 Lesage (77 %) et au 330 d'Europe (74 %). Cela reflète les tendances démographiques liées à la longévité accrue des femmes.

**En résumé, les Logements de l'Outaouais accueillent une population variée, de 55 ans à 100 ans, vieillissante et à faible revenu, et l'organisation remplit avec constance sa mission de soutien au logement abordable pour les aînés les plus vulnérables.**

## Évolution démographique entre 2020 et 2024

Entre 2020 et 2024, la population de Logements de l'Outaouais a connu des transformations notables :



### Le nombre total de locataires

*est passé de 154 à 207, grâce à l'ajout du 330 d'Europe. Ouverte en octobre 2024, cette nouvelle résidence comptait déjà 58 locataires sur 72 logements à la fin de l'année, un taux d'occupation partiel s'expliquant par son ouverture récente et l'arrivée graduelle des nouveaux résidents.*



### L'âge moyen des locataires

*a significativement augmenté, passant de 75 ans à 83 ans, ce qui reflète une clientèle plus âgée, souvent plus vulnérable et nécessitant un encadrement accru.*



### Le taux de locataires subventionnés

*est passé de 53 % à 59 %, consolidant la vocation sociale de l'organisme.*



### La proportion de femmes

*a légèrement augmenté, de 52 % à 59 %, reflétant les tendances démographiques du vieillissement.*



### Le revenu moyen des locataires subventionnés

*est passé de 19 399 \$ à 22 742 \$, une hausse modeste qui montre que malgré que le revenu moyen soit plus élevé, la précarité de la majorité des résidents reste persistante.*



# Annexe I

## Tableaux détaillés pour l'année 2024 – 6 Lesage

### Résidents du 6 Lesage au 31 décembre 2024

	Tous les résidents			Résidents subventionnés		
Sexe	Femmes	Hommes	Tous	Femmes	Hommes	Tous
Nombre	40	12	52	32	6	38
Âgés de 75ans +	49			--		
Revenu moyen	--			25 058,50\$	28 468,50\$	25 596,92\$
Âge moyen	83,68 ans	85,83 ans	84,17 ans	83,41 ans	83,83 ans	83,47 ans
Âge minimal	73 ans			--		
Âge maximal	94 ans			--		

	Femmes (40)	Hommes (12)	Tous les résidents (52)
65 ans & -	0	0	0
65-74 ans	3	0	3
75-84 ans	20	4	24
85 ans & +	17	8	25

# Annexe II

## Tableaux détaillés pour l'année 2024 – 49 Mutchmore

### Résidents du 49 Mutchmore au 31 décembre 2024

	Tous les résidents			Résidents subventionnés		
Sexe	Femmes	Hommes	Tous	Femmes	Hommes	Tous
Nombre	40	57	97	15	20	35
Âgés de 75ans +	49			--		
Revenu moyen	--			20 504,81\$	21 038,18\$	20 809,59\$
Âge moyen	74,93 ans	73,77 ans	74,25 ans	75,93 ans	75,65 ans	75,77 ans
Âge minimal	55 ans			--		
Âge maximal	100 ans			--		

	Femmes (40)	Hommes (57)	Tous les résidents (97)
65 ans & -	5	9	14
65-74 ans	14	20	34
75-84 ans	17	22	39
85 ans & +	4	6	10

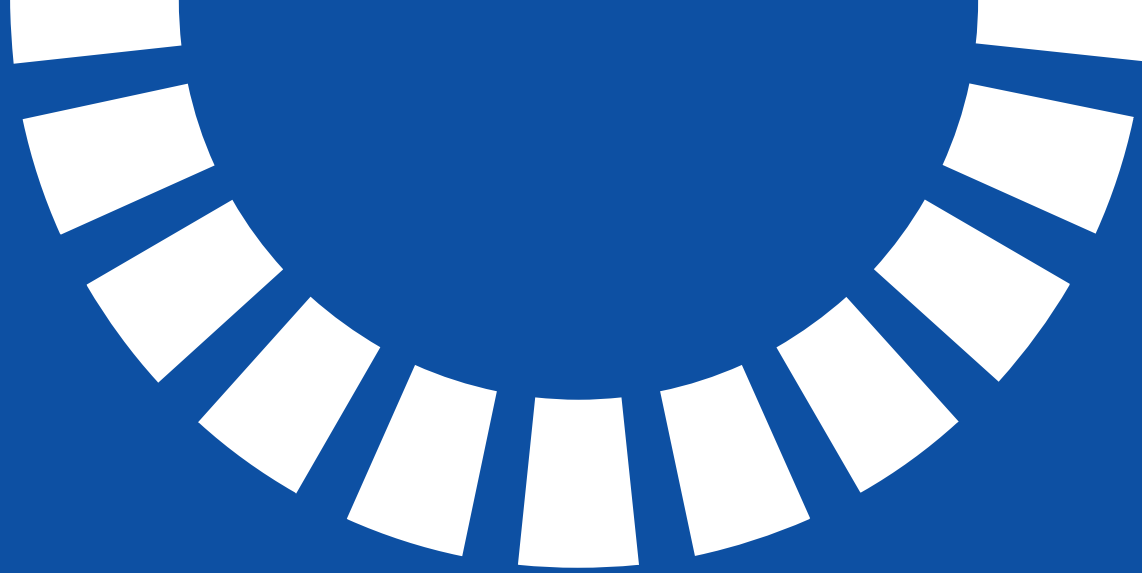
# Annexe III


## Tableaux détaillés pour l'année 2024 – 330 d'Europe

### Résidents du 330 d'Europe au 31 décembre 2024

	Tous les résidents			Résidents subventionnés		
Sexe	Femmes	Hommes	Tous	Femmes	Hommes	Tous
Nombre	43	15	58	36	14	50
Âgés de 75ans +	31			--		
Revenu moyen	--			24 036,84\$	21 036,84\$	23 412,37\$
Âge moyen	73,47 ans	76,40 ans	74,22 ans	73,94 ans	75,14 ans	74,28 ans
Âge minimal	55 ans			--		
Âge maximal	94 ans			--		

	Femmes (43)	Hommes (15)	Tous les résidents (58)
65 ans & -	5	0	5
65-74 ans	15	7	22
75-84 ans	21	7	28
85 ans & +	2	1	3



Logements   
de l'Outaouais

***Siège social***  
49 Rue Mutchmore,  
Gatineau, QC J8Y 3T5  
(819) 776-2160