



## Les aînés du Grand Nord canadien

**L**e Grand Nord évoque des hivers particulièrement longs et rigoureux, le soleil de minuit et de superbes paysages glacés. Mais au-delà de ces images de cartes postales, on connaît bien peu le mode de vie des aînés des régions nordiques du Canada.

Pour mieux connaître cette réalité, le CCNTA a pour la première fois de son histoire, tenu une réunion à Yellowknife au printemps 2003. Les membres du Conseil ont été émerveillés par la splendeur du paysage et la richesse culturelle du milieu. Accueillis chaleureusement, ils ont été impressionnés par l'intensité de la vie communautaire, le style de vie décontracté, l'accès facile aux décideurs politiques et le grand amour des habitants pour leur coin de pays. En même temps, le Conseil a été sensibilisé aux défis complexes auxquels font face les aînés dans ces régions.



Ce numéro *d'Expression* porte sur les aînés du Grand Nord canadien qui vivent dans les Territoires du Nord-Ouest (TNO), au Nunavut, au Yukon et dans les régions du Nunavik (nord du Québec) et du Labrador. Il trace un portrait de la diversité, des difficultés, des ressources et surtout, de la grande vitalité des communautés nordiques du Canada.

**Lloyd Bruner**  
Membre du CCNTA  
Hay River, Territoires du Nord-Ouest



## CCNTA

Le Conseil consultatif national sur le troisième âge est constitué d'au plus 18 membres venant de partout au Canada. Les membres apportent au Conseil diverses compétences pour conseiller le ministre fédéral de la Santé (qui est responsable des questions des aînés), ses collègues et le public sur la situation des aînés et les mesures requises pour répondre au vieillissement de la population canadienne. Les membres actuels du Conseil sont :

**Patricia Raymaker**,  
présidente, Alb.  
**Lloyd Brunes**, T.N.-O.  
**Bubs Coleman**, Sask.  
**Mary Cooley**, N.-É.  
**Jean Claude Duclos**, Qué.  
**Michael Gordon**, Ont.  
**Don Holloway**, T.-N.  
**Reg MacDonald**, N.-B.  
**Gérald Poulin**, Ont.  
**Ruth Schiller**, C.-B.  
**Yvette Sentenne**, Qué.  
**Mohindar Singh**, Man.  
**Joyce Thompson**, Î.-P.-É.

Expression est publié quatre fois l'an par le Conseil consultatif national sur le troisième âge. Ce bulletin est aussi disponible sur le site Internet du Conseil. Veuillez faire parvenir vos commentaires et tout avis de changement d'adresse à :

### CCNTA

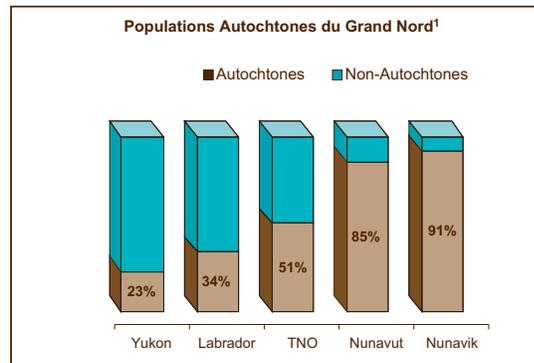
Indice d'adresse 1908A1  
Ottawa (Ontario)  
K1A 1B4  
Tél. : (613) 957-1968  
Télec. : (613) 957-9938  
Courriel : seniors@hc-sc.gc.ca

Internet :  
[www.ccnta.ca](http://www.ccnta.ca)

N° de convention : 40065299  
ISSN : 0822-8213

## Le territoire et les gens

Le Nord canadien est immense. À eux seuls, les trois territoires du Yukon, des TNO et du Nunavut représentent 40 % de la superficie du Canada. Pourtant, leurs résidents ne forment qu'environ 3 % de la population du pays. C'est dire l'éloignement entre les collectivités du Nord!



Les trois groupes autochtones (Premières Nations, Inuits et Métis) se partagent ce vaste territoire avec des populations non-autochtones. La proportion d'Autochtones dans les différentes régions

passse du quart au Yukon à plus de 90 % au Nunavik.

Il y a une grande diversité culturelle dans le Nord, autant chez les Autochtones que chez les non-Autochtones. Par exemple, dans les TNO on reconnaît neuf langues officielles! Il y a de plus des différences importantes entre les aînés des milieux urbains et des collectivités éloignées; entre les Autochtones et les non-Autochtones; et au sein même de chacune des collectivités.

On compte beaucoup plus de jeunes que d'aînés au Nord. Le pourcentage de personnes âgées de 65 ans et plus varie de 2 % pour le Nunavut à 6 % pour le Yukon, ce qui est bien loin des 13% d'aînés du Canada. Comme les conditions de vie sont plus difficiles dans le Nord, particulièrement pour les Autochtones, certains gouvernements et organismes considèrent souvent les personnes comme des aînés dès l'âge de 55 ans.

Les facteurs géographiques, climatiques et démographiques si particuliers au Grand Nord, conjugués aux importants changements culturels des dernières décennies ont des répercussions importantes sur la situation et sur le quotidien des aînés de ces régions.

<sup>1</sup> Source : Enquête sur la santé des collectivités canadiennes, 2001.



## ■ Le coût de la vie

Ça coûte très cher vivre au Nord! L'éloignement fait grimper le coût du logement, de l'alimentation, du transport et des autres nécessités de la vie – tellement que les gouvernements du Yukon et des TNO ont cru bon d'accorder un supplément de revenu aux aînés à faible revenu afin de les aider à faire face au coût élevé de la vie.

### Le logement

À cause du transport des matériaux, construire et rénover les logements dans le Grand Nord représente des dépenses très importantes. Au Nunavik, une maison individuelle coûte 196 823 \$, soit trois fois plus cher que la moyenne pour une maison équivalente dans l'ensemble du Québec<sup>2</sup>. De nombreux ménages doivent donc vivre dans des logements sociaux. Si les listes d'attente pour ces logements sont longues, les aînés figurent heureusement parmi les clientèles prioritaires. À l'exception du Yukon, les aînés du Nord vivent davantage avec les membres de leur famille que seuls. Cette cohabitation reflète à la fois le manque de logements et les valeurs culturelles : la vie en famille élargie. Mais la démarcation entre la solidarité familiale et les abus est parfois très floue. Par exemple, il arrive qu'un aîné se qualifie pour un logement social et que les autres membres de la famille emménagent aussi dans son logement.

## Le logement en territoire inuit

Depuis les années 1950, des habitations permanentes ont remplacé les habitations saisonnières des Inuits. Mais le nombre et la qualité des logements demeurent nettement insuffisants. Selon Inuit Tapirisat, pour combler les besoins, il faudrait construire 8 800 nouveaux logements d'ici 5 ans, dont 5 500 juste pour le Nunavut, et réparer les logements existants.

La pénurie de logements persiste à cause du taux de chômage, des coûts élevés des logements et du manque de financement pour les logements sociaux. Il s'agit d'un problème important puisque les mauvaises conditions de logement et le surpeuplement contribuent aux problèmes de santé mentale, de violence familiale et de maladies respiratoires.

### Le chauffage

Se chauffer dans les régions glaciales est essentiel à la survie. À cause du coût élevé du combustible, plusieurs gouvernements du Nord subventionnent les frais de chauffage des aînés. Encore faut-il que les appareils fonctionnent! **Palma Berger**, une ancienne gestionnaire de logement social, à Dawson City, au Yukon, se souvient d'appels d'aînés qui se plaignaient de ne pas pouvoir dormir à cause du froid parce que la fournaise était brisée. Comme il n'y avait pas ni mécanicien ni plombier en ville, elle conseillait aux femmes : « Mariez-vous ou assurez-vous de connaître quelqu'un qui est doué en mécanique! »

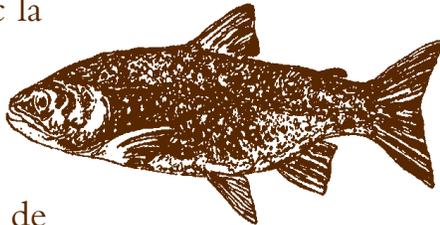
### L'alimentation

En dehors des milieux urbains, la plupart des aînés autochtones ont connu l'alimentation traditionnelle de caribou, de phoque, de

<sup>2</sup> Obed, Natan, « Perspective nordique : La crise du logement dans les communautés inuites du Canada », *Habitation canadienne*, Printemps 2002, vol. 19, no 1. Illustrations des pages 4 et 5 : *NWT Territories Traditional Food*. Reproduites avec la permission des Services sociaux et de la santé des T.N.-O.



baleine, de poisson, de fruits de mer et de petits fruits. Ces aliments sont très riches en protéines, en éléments nutritifs et en bons gras. Ceux qui chassent et pêchent, même occasionnellement, sont plus minces et en meilleure santé. Ces aliments sont aussi moins chers que les produits importés du Sud et ils incarnent la relation harmonieuse des Autochtones avec la terre. Des recherches poussées ont été faites pour mesurer le risque de contamination des aliments traditionnels par les polluants et ces études ont conclu que ces aliments sont sains. Des campagnes d'information expliquent que les produits de la chasse et de la pêche ne devraient pas être écartés.



Pour les personnes et les collectivités qui ne s'alimentent pas de façon traditionnelle, les aliments viennent du Sud et les denrées comme le lait frais, les œufs, le pain, les fruits et les légumes sont acheminées par avion. Malgré une subvention des coûts de transport des aliments, le panier d'épicerie coûte 1,3 fois plus cher au Labrador, et deux fois plus cher dans les régions éloignées du Nunavut et des TNO que dans le sud du pays.

### Le transport

Les coûts de transport étant très élevés et le transport en commun presque inexistant dans la plupart des collectivités, on atténue les difficultés grâce à l'entraide. L'épicerie et

les magasins sont très éloignés du petit hameau de Destruction Bay où habite **Yvonne Howe**. Les gens planifient donc longtemps d'avance avant d'aller faire leurs courses en ville et arrivent avec de très longues listes puisqu'ils font en même temps la commande de leurs voisins. **Helen Gruben** explique qu'à Tuktoyaktuk, dans les TNO, dès que la mer est gelée on fait des routes de glace pour s'approvisionner directement de l'Okanagan; les produits frais deviennent alors beaucoup plus accessibles et abordables. Tout le monde accourt quand le camion arrive : « On l'accueille à bras ouverts! ». Il n'en demeure pas moins que le coût élevé du transport dans les régions isolées a aussi des effets sur l'accès à d'autres produits et services essentiels.

## ■ La santé

Dans le Grand Nord comme ailleurs, la santé dépend d'une foule de facteurs, dont certains sont mentionnés plus haut. Il n'est donc pas surprenant que les défis qu'apportent le Nord ont une incidence sur la santé des aînés.

### L'état de santé

Les aînés du Nord décrivent généralement leur état de santé en termes plus négatifs que les autres aînés canadiens. Aux TNO, il y a un nombre élevé de maladies chroniques chez les aînés, y inclus les maladies respiratoires, le diabète et le cancer du poumon.



De plus, malgré la rareté des cas, les taux de tuberculose y sont 15 fois plus élevés que pour l'ensemble des aînés canadiens. Les blessures accidentelles sont aussi très fréquentes dans le Nord et leur prévention est une priorité de santé publique.

Il y a un écart prononcé entre l'état de santé des Autochtones et celui des non-Autochtones qui s'explique en partie par des différences dans les conditions socio-économiques, les habitudes de vie et l'accès aux soins. Les territoires inuits présentent des



niveaux d'espérance de vie nettement plus faibles que le reste du pays. Une étude récente a révélé qu'un quart des Autochtones du Labrador âgés de 55 ans ou plus avaient des capacités physiques diminuées qui affectaient leurs activités, et un huitième avaient besoin de soins à domicile.

### L'accès aux soins

Alors que le territoire à couvrir est immense, les établissements et les professionnels de la santé sont moins nombreux dans le Grand Nord. Le point de services remplace souvent l'hôpital et les infirmières jouent un rôle principal. Les soins spécialisés qui sont offerts plus au Sud obligent les aînés hospitalisés à vivre l'isolement et un choc culturel intense peu propice à la guérison (par contre, pas de liste d'attente : les patients transférés sont souvent traités en priorité.) Le président d'Inuit Tapirisat, **Jose Kusugak**,

affirmait devant la Commission Romanow que bien des Inuits « se sentent impuissants et intimidés » par la géographie et les barrières de langue. Une récente enquête indique d'ailleurs que les Autochtones des régions arctiques recourent moins fréquemment aux services des professionnels de la santé que les non-Autochtones. Dans les régions rurales, l'accès aux dentistes, optométristes et autres professionnels de la santé est limité et les soins de longue durée sont peu disponibles. Certaines régions explorent les possibilités de la télésanté : pour échanger de l'information médicale, pour le soutien professionnel ou pour briser l'isolement des patients traités à l'extérieur de leur collectivité.

## ■ Les habitudes de vie

**L'inactivité physique** est devenue un fléau au Canada et semble avoir gagné le Nord : les données actuelles indiquent même que les aînés qui y habitent sont moins actifs physiquement que l'ensemble des aînés canadiens. Au Yukon, le gouvernement a adopté une *Stratégie de vie active* qui montre des succès intéressants et il est à espérer que les *Jeux canadiens des aînés*, qui se déroulent à Whitehorse en 2004, contribueront à encourager l'activité physique chez les aînés du Nord.

**Le tabagisme** est nettement plus répandu au Nord. Dans les TNO, par exemple, le taux de fumeurs chez les aînés est de 33 % alors qu'il est seulement de 12 % chez l'ensemble des aînés canadiens. Au Nunavik, les intervenants inuits qui offrent des sessions visant l'abandon du tabac disposent maintenant de matériel adapté à la culture locale.



On dispose de peu de données sur l'alcool mais on sait que la consommation d'alcool est moindre dans l'ensemble des TNO et chez les Autochtones que dans le sud du pays. Les aînés qui prennent de l'alcool, par contre, en consomment de plus grandes quantités.

## Les bienfaits du jardinage

Dans le but d'améliorer l'activité physique et la vie sociale, une vingtaine d'aînés de Carmacs, au Yukon, ont pris part à un programme de jardinage dans des serres. Bon nombre d'aînés de 70 et 80 ans ont fait pousser des légumes pour la première fois de leur vie! Les familles et les amis ont noté que les participants regardaient moins la télé et avaient plein de choses à raconter.

## ■ Des aînés désavantagés

Dans les Territoires du Nord-Ouest et au Nunavut, la moitié des aînés reçoivent le Supplément de revenu garanti (SRG). Pour sa part, le Yukon détient deux records bien contradictoires : le revenu moyen le plus élevé du Canada et le plus haut pourcentage de personnes à faible revenu. Entre Whitehorse, sa capitale, et les autres communautés, les inégalités sont très marquées. Dans l'économie actuelle, et malgré certaines améliorations, les Autochtones demeurent désavantagés en termes d'éducation, d'emploi et de revenu.

Le **Conseil des aînés du Yukon** a arpenté le territoire, l'été dernier, pour informer les aînés des programmes de pensions auxquels ils avaient droit et a été surpris par le très

grand nombre d'aînés qui se qualifiaient pour le SRG mais n'en avaient pas fait la demande. « Peu d'Autochtones sont formés pour compléter les formulaires destinés aux aînés et il y a souvent une barrière de langue qui empêche les aînés de comprendre les informations requises; plusieurs ne savent même pas à quoi ils ont droit », relate Bobby Morgan, présidente du Conseil.

Le problème est particulièrement criant chez les aînés peu scolarisés ou qui ne parlent que la langue autochtone. Cela a des conséquences sur d'autres aspects de la vie quotidienne : de nombreux aînés ne peuvent déchiffrer les étiquettes des aliments ou comprendre la posologie des médicaments. Le personnel de la santé publique de Yellowknife reconnaît d'ailleurs le besoin de faire une tournée des magasins pour expliquer aux aînés les ingrédients contenus dans les aliments et les aider à faire des choix santé.

D'autres difficultés entrent en jeu. Chez les populations autochtones, environ un aîné sur cinq a connu les pensionnats. Chez les aînés inuits, cette proportion atteint près de 40 %. Enfants, ils ont été retirés de leur famille, ont pu subir des sévices et ont ressenti le rejet de leur culture, de leur spiritualité et de leur langue. L'impact des pensionnats continue d'affecter la vie des communautés. La **Fondation autochtone de guérison** soutient des activités permettant aux aînés de parler des conséquences des pensionnats sur leur vie, en termes de violence et de toxicomanies, et sur la vie des membres de leur famille.

Comme ailleurs au Canada, les aînés du Nord peuvent être victimes d'abus (voir



*Expression* 17-1 sur la violence envers les aînés). Les représentants des Conseils des aînés du Yukon et des Territoires du Nord-Ouest sont d'avis que cette question tabou doit devenir une priorité sociale. Et au Nunavut, on réclame un nombre accru de conseillers familiaux pour contrer les abus.

## ■ La place des aînés

La tradition du Nord veut que les aînés soient respectés. Dans ce milieu exigeant, tous reconnaissent la contribution des plus vieux à la société, à l'économie et aux institutions. Les sociétés autochtones en transition tentent de revaloriser le rôle des Anciens. Les Anciens sont ceux qui, par leur sagesse et leur expérience, donnent des conseils. Ce sont généralement, mais pas toujours, les plus vieux membres de la collectivité. Ils ont une connaissance des cérémonies et des coutumes traditionnelles, et racontent l'histoire et les légendes de leur peuple. Leur rôle est aussi de faire profiter leurs descendants de leur expérience de la vie.

« Pour les sots, le vieil âge c'est l'hiver  
Pour les sages, c'est le temps de la récolte. »

**Le Très Honorable Stephen Kakfwi, ancien  
Premier Ministre des TNO (traduction)**

Au Nunavut, on a établi des conférences mensuelles pour permettre aux aînés d'exprimer leur avis et leurs besoins. Comme on y a appris qu'ils s'inquiétaient du haut taux de suicide chez les jeunes, des camps réunissant les aînés et les jeunes orientés sur le partage des habiletés traditionnelles et la transmission de l'héritage seront organisés. Le gouvernement tente également d'incor-

porer le savoir traditionnel inuit à ses programmes et services et il fait des efforts pour conserver la tradition orale et maintenir la diversité des dialectes.

## ■ La grandeur du Nord

Le Grand Nord offre à ses habitants beaucoup plus que des difficultés. Dans les collectivités autochtones, l'endroit est lié intimement à un mode de vie et à des traditions millénaires. C'est aussi une contrée où on peut apprécier des paysages d'une beauté indicible, un style de vie décontracté, les grands espaces, le bon air et le temps qui s'écoule doucement. On jouit aussi dans le Grand Nord d'une vie communautaire intense. La chaleur et la générosité légendaires des gens a d'ailleurs séduit de nombreux visiteurs revenus par la suite s'installer dans ce coin de pays.

### L'entraide et le troc

Yvonne Howe est une artiste-peintre qui habite un petit village d'une trentaine d'habitants au Yukon. L'an dernier, au retour d'une randonnée, première surprise : elle découvre qu'elle n'a plus d'eau parce que ses tuyaux ont éclaté. Deuxième surprise : elle remarque que deux amis sont déjà en train de creuser pour remplacer les tuyaux. Comme elle ne pouvait payer ni pour les travaux ni pour le matériel, elle a payé en tableaux!

L'entraide fait partie du quotidien des aînés du Grand Nord et l'appartenance à la communauté est très forte. La plupart des aînés ont des gens qui s'occupent d'eux et qui peuvent les dépanner en cas de besoin. Il n'est pas rare qu'un aîné se fasse offrir du bois de chauffage ou de la viande des chasseurs. Cette entraide va dans les deux sens et



les aînés participent activement à la vie communautaire. Il arrive souvent aussi que des aînés disposant de revenus de retraite viennent en aide financièrement à d'autres membres de leur famille moins fortunés.

## ■ Le passé, un gage de l'avenir

Les traditions, la chaleur et l'ingéniosité des gens du Grand Nord leur ont permis de survivre et de profiter dans un des environnements les plus exigeants qui soient. Malgré le froid et les remous occasionnés par l'arrivée de cultures et de technologies nouvelles, ils peuvent compter sur leur énorme capacité d'adaptation et leurs traditions d'accueil et d'entraide pour trouver la voie de l'avenir. On sait cependant que bon nombre d'aînés du

Nord, chez les Autochtones comme chez les non-Autochtones, se trouvent désavantagés dans cette société maintenant si radicalement différente de celle qui les a vus naître. Ils ont connu deux mondes et continuent d'avoir à s'adapter à d'énormes changements sociaux.

Les programmes et services qui leur sont destinés doivent eux aussi s'adapter : au climat, aux distances, aux besoins, aux valeurs, à la diversité, et surtout, aux défis particuliers auxquels font face les aînés du Grand Nord.

***Nos remerciements à Helen Gruben, Chris William, Yvonne Howe, Palma Berger, George Porter, Bobby Morgan et Jean Williamson qui ont bien voulu partager leur expérience des défis et des bonheurs de la vie dans le Grand Nord.***

## Sources et Ressources

**Yukon Council on Aging** (867) 668-3383  
<http://users.yknet.yk.ca/yukonseniors/>

**NWT Seniors' Society** (867) 920-7444  
<http://www.elderweb.org/vis/sc/nwtseniors/>  
 1-800-661-0878

**Seniors Resource Centre (pour le Labrador)**  
 (719) 737-2333 <http://www.seniorsresource.ca/>  
 1-800-563-5599

**Administration régionale Kativik (pour le Nunavik)** (819) 964-2961  
<http://www.krg.ca/> 1-877-964-2961

**Inuit Tapiriit Kanatami** (613) 238-8181  
<http://www.itk.ca/>

Archibald, L. et R. Grey. *Evaluation of Models of Health Care Delivery in Inuit Regions, Inuit Tapirisat Canada*, septembre 2000.  
[ftp://209.195.99.10/pub/docs/health/healthcare\\_evaluation.pdf](ftp://209.195.99.10/pub/docs/health/healthcare_evaluation.pdf)

Dumont-Smith, C. *Violence contre les aînés au Canada*. Collection recherche de la Fondation autochtone de guérison, 2002.  
[http://www.ahf.ca/french-pdf/elder\\_abuse-f.pdf](http://www.ahf.ca/french-pdf/elder_abuse-f.pdf)

Statistique Canada. *Enquête auprès des peuples autochtones de 2001 — Premiers résultats : Bien-être de la population autochtone vivant hors réserve*. Cat. 89-589-XIF, septembre 2003.  
[http://www.statcan.ca:80/francais/freepub/89-589-XIF/free\\_f.htm](http://www.statcan.ca:80/francais/freepub/89-589-XIF/free_f.htm)

Gouvernement des Territoires du Nord-Ouest, Santé et Services Sociaux. *Profil des personnes âgées des Territoires du Nord-Ouest*, mai 2003.  
<http://www.hlthss.gov.nt.ca/content/Publications/Reports/Seniors/seniorsprofilefnch2003.pdf>

Santé Canada. *Tendons la main : Guide pour bien communiquer avec les aînés autochtones*, 1998.  
[http://www.hc-sc.gc.ca/seniors\\_aines/pubs/communicating\\_aboriginal/pdf/reachingout\\_f.pdf](http://www.hc-sc.gc.ca/seniors_aines/pubs/communicating_aboriginal/pdf/reachingout_f.pdf)

Tjepkema, M. *La santé des Autochtones vivant hors réserve*. Supplément aux Rapports sur la santé, Statistique Canada. Cat. 82-203, vol. 13, 2002.