

# RAPPORT D'IMPACT 2023

À la fin des années 1960, le psychologue Walter Mischel a mené une étude novatrice à l'Université Stanford intitulée « Le test de la guimauve ». Dans cette étude, des enfants d'âge préscolaire ont eu le choix d'avoir une guimauve immédiatement, ou deux guimauves s'ils attendaient un peu. Chaque enfant a été laissé dans une pièce avec une seule guimauve. S'il pouvait s'abstenir de la manger pendant 15 minutes, l'enfant était alors récompensé par deux guimauves. Le « test de la guimauve » est une analyse révélatrice du mécanisme psychologique connu sous le nom de « gratification différée ».

La gratification différée est une composante essentielle de l'expérience humaine. Sans elle, nous serions incapables de nous impliquer dans quoi que ce soit exigeant un sacrifice immédiat, dans l'espoir de récolter une plus grande récompense dans le futur. Épargner pour la retraite est un exercice de gratification différée, tout comme « garder de la place » pour le dessert. Le concept même d'éducation repose sur notre capacité à croire en des bénéfices significatifs, mais plus tard.

J'en suis venu à constater que le travail de la Fondation RTOERO - qui investit dans la recherche en gériatrie et dans des projets communautaires pour la santé et le bien-être des aînés - représente le « test de la guimauve » à l'échelle de la société. Les projets que nous finançons génèrent

des résultats tangibles, créent des ressources, établissent des modèles de service et développent des connaissances.

Mais plus important encore, ces projets jettent les bases d'un impact futur significatif. Dans certains cas, les avantages immédiats peuvent être subtils, mais avec le temps, ils deviennent le catalyseur d'un élan qui prend de l'ampleur vers un changement beaucoup plus important. C'est un processus lent, mais je suis réconforté et fier que la Fondation RTOERO joue un rôle en vue de favoriser cet élan.

En tant que donateur de la Fondation, vous devriez partager ce sentiment de fierté, parce que vous avez démontré votre engagement envers une cause qui produit des résultats immédiats, mais qui apporte aussi des bénéfices encore plus importants au fil du temps. Notre effort collectif permet de différer la gratification et nous nous abstenons peut-être de manger individuellement une guimauve, afin d'avoir le plaisir d'en partager deux avec les générations futures. Nos enfants et petits-enfants vieilliront dans une société qui les valorise et qui protège leur droit à la dignité et au respect. Et ce sera une société que vous aurez contribué à créer. Merci de croire en notre avenir.

Mike

Mike Prentice  
Directeur général, Fondation RTOERO



# MISES À JOUR DU PROGRAMME DE SUBVENTIONS DE LA FONDATION RTOERO

Depuis 11 ans, la Fondation RTOERO améliore la vie des adultes âgés au Canada par l'entremise de son programme de subventions financé par les donateurs. Vos dons aident à financer les recherches essentielles et les subventions pour des programmes novateurs qui sont au cœur de notre travail.

L'impact le plus important de nos efforts réside dans ces subventions, qui permettent de comprendre les besoins complexes des adultes âgés partout au Canada. Ensemble, grâce à votre générosité, nous investissons ces fonds dans des programmes, la recherche et la formation qui favorisent le vieillissement actif et en santé de tous les Canadiens.

## ENGAGEMENT SOCIAL

Initiatives dont l'objectif principal est d'améliorer l'engagement social des aînés.

\$ 2023 - 113 000 \$ | DEPUIS 2011 - 470 940 \$

## RECHERCHE EN GÉRIATRIE

Des initiatives qui adoptent une approche scientifique pour examiner le vieillissement en bonne santé, les services de santé et la qualité de vie des aînés.

\$ 2023 - 100 000 \$ | DEPUIS 2011 - 299 395 \$

## Université de l'Alberta : Avoir une bonne santé mentale après la distanciation sociale



Au cours de la dernière année, la Fondation RTOERO a publié plusieurs articles dans le magazine Renaissance et dans notre infolettre *Bien vieillir* au sujet de ce projet passionnant et de son résultat final : *Le goût du calme* - un outil concret que les gens peuvent utiliser dans leur vie quotidienne.

Cette ressource pratique comprend six stratégies visant à réduire l'anxiété, les avantages de cuisiner au-delà de la nutrition, des conseils avisés des participants à l'étude ainsi que de savoureuses recettes. À l'origine, on avait prévu en faire exclusivement une ressource électronique pouvant être facilement partagée avec les aînés à travers le Canada; un nombre limité d'exemplaires a été imprimé et distribué lors de divers symposiums consacrés aux aînés.

De plus, nous avons organisé un webinaire avec les chercheurs qui ont alors présenté un aperçu plus approfondi de leur recherche.

Le livret contient des conseils pratiques fondés sur les six stratégies de santé mentale les plus efficaces qui ressortent de l'étude

Téléchargez  
GRATUITEMENT  
*Le goût du calme*  
en ligne à l'adresse  
suivante :

[bit.ly/3PD96Tf](https://bit.ly/3PD96Tf)

## Université Nipissing : Liens sociaux et vivre avec la démence

Cette étude visait à développer une compréhension plus nuancée de l'isolement social et de la solitude chez les personnes vivant avec une démence et/ou leurs proches aidants. À la suite de l'étude, l'Université Nipissing a organisé une exposition d'éco-cartographie (cartes visuelles des liens d'une famille avec le monde extérieur) pour sensibiliser à l'isolement et à la solitude des personnes atteintes de démence. L'exposition a fourni aux participants de l'étude, à leurs familles et aux soignants, l'occasion de se réunir et de partager leurs expériences personnelles. L'initiative a favorisé le développement de liens sociaux et de conversations sur l'impact de la démence dans leurs vies.



## VOUS TENIR INFORMÉS

### BLOGUES

La Fondation RTOERO a publié huit blogues qui ont été consultés 1 567 fois au total



### WEBINAIRES

Les webinaires abordent une grande variété de sujets, allant de la recherche en gériatrie aux communautés saines, en passant par l'engagement social, les soins de santé pour les aînés et même les dons de charité.

En 2023, la Fondation RTOERO a organisé quatre webinaires

En moyenne, 943 personnes se sont inscrites à chacun de ces webinaires

98 % des participants se sont dit « satisfaits » ou « extrêmement satisfaits » de nos webinaires

### ACTUALITÉS

Chaque trimestre, 15 districts RTOERO publient des articles sur la Fondation dans leurs infolettres\*

\*en moyenne, et en fonction des districts qui mettent leurs infolettres en ligne chaque

### BIEN VIEILLIR

Publié chaque trimestre et posté à tous les donateurs de la Fondation RTOERO

Évalué à **4,2** ★★★★★  
(sur 5, par 388 personnes) dans le sondage effectué auprès des membres

### INFO-PLUS

Publié chaque trimestre et envoyé par courriel à tous les membres de RTOERO qui ne sont pas des donateurs de la Fondation



# MERCI AUX DISTRICTS QUI NOUS APPUIENT

Le soutien que nous recevons de nombreux districts RTOERO à travers le pays est la clé de notre succès. Merci à tous ceux et celles qui ont fait un don financier entre le 1<sup>er</sup> janvier 2023 et le 31 décembre 2023.

## 3 000 \$ +

District 39 – Peel

## 1 000 \$-2 999 \$

District 11 – Waterloo Region  
District 13 – Hamilton-Wentworth & Haldimand  
District 14 – Niagara  
District 15 – Halton  
District 19 – Hastings & Prince Edward  
District 20 – Frontenac Lennox & Addington  
District 28 – Region of Durham  
District 33 – Chatham-Kent  
District 36 – Peterborough  
District 48 – Leeds and Grenville  
District 50 – Atlantic

## 500 \$-999 \$

District 3 – Algoma  
District 7 – Windsor Essex  
District 22 – Etobicoke and York  
District 23 – North York  
District 24 – Scarborough & East York  
District 32 – Prescott-Russell  
District 40 – Brant  
District 42 – Mainland British Columbia

## 499 \$ et moins

District 5 – Cochrane & Temiskaming  
District 9 – Huron-Perth  
District 12 – Norfolk  
District 17 – Simcoe County  
District 21 – Renfrew

District 26 – Kenora  
District 29 – Lanark  
District 31 – Wellington  
District 37 – Oxford  
District 41 – Elgin

District 43 – Nipissing  
District 44 – Franco-Nipissing  
District 46 – Muskoka  
District 49 – The Prairies

## La Chaire de médecine gériatrique RTOERO 2023 : BILAN DE L'ANNÉE

La Dre Paula Rochon est la titulaire de la Chaire de médecine gériatrique RTOERO. Elle est une scientifique principale au Women's College Hospital de Toronto et directrice fondatrice du Women's Age Lab.

À sa deuxième année d'existence, le Women's Age Lab a entrepris des travaux passionnants dans les trois domaines prioritaires, tout en soulignant l'importance de s'attaquer à l'âgisme sexiste dans son ensemble. Il s'agit notamment de poursuivre l'alignement sur les initiatives internationales, d'aborder l'enjeu du vieillissement chez soi par le biais d'une étude sur les communautés de retraite naturelles (NORC), de réduire la solitude en favorisant les liens sociaux avec des ateliers d'alphabétisation numérique et d'améliorer la façon dont les médicaments sont prescrits aux adultes âgés, en particulier aux femmes.



**PAULA A. ROCHON**  
MD, MPH, FRCP

## POINTS SAILLANTS

- La recherche a été diffusée dans des revues universitaires comme *The Lancet* et des journaux scientifiques de premier plan axés sur le vieillissement, et nos publications ont été consultées plus de 20 000 fois.
- Obtention d'une subvention fédérale de six ans des IRSC et de l'ASPC pour appuyer des travaux novateurs en vue de réimaginer le vieillissement sur place.
- Ces travaux ont été présentés dans des médias nationaux et internationaux, notamment *The Globe and Mail*, le *Toronto Star* et *NPR*, rejoignant plus de 12 millions de lecteurs chaque semaine.
- Collaboration avec des organisations axées sur le vieillissement comme RTOERO, SE Health, la Fédération internationale du vieillissement et Aide aux aînés Canada.
- Positionné à l'avant-garde de la formation de la prochaine génération de scientifiques, en mettant l'accent sur les femmes et le vieillissement.