



**Les
Petits
Frères** Pour un
grand âge
bien entouré

COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

Du bonheur au menu : activités pour se retrouver et bons repas à partager **Les Petits Frères célèbrent Pâques avec les personnes du grand âge dans 12 régions du Québec**

Montréal, le 2 avril 2026 – Si la période de Pâques et l'arrivée des beaux jours incitent à se réunir avec nos proches, elles renforcent en contrepartie le sentiment d'isolement éprouvé par les personnes qui n'ont pas d'entourage, notamment les plus âgées d'entre nous. Multipliant les efforts pour leur assurer une présence bénévole tout au long de l'année, l'organisme **Les Petits Frères** poursuit sa tradition pascale en organisant des **repas collectifs et autres activités spéciales** pour les **personnes de 75 ans et plus, du 2 au 10 avril** dans plusieurs régions du Québec. De telles actions sont plus que jamais nécessaires, car au cours des prochaines années, le nombre de personnes de 75 ans et plus franchira le cap du million au Québec. De ce nombre, on estime que plus de 200 000 souffriront de la solitude et de l'isolement social.

Une présence bénévole appréciée

Quelque 200 bénévoles des Petits Frères seront **sur place** lors des événements pour accueillir leurs Grandes amies et leurs Grands amis (c'est ainsi qu'on les appelle chez Les Petits Frères), alors qu'une majorité des **3000 bénévoles de l'organisme** rendront pour leur part visite ou s'assureront de parler aux personnes âgées ne pouvant ou ne préférant pas se déplacer. Ces interactions font une grande différence pour améliorer la qualité de vie de personnes âgées qui n'ont souvent plus personne avec qui échanger :

« Dans la pyramide des besoins que chaque être humain cherche à combler, on retrouve bien sûr les besoins de base, comme se nourrir et se loger. Au-delà de ces enjeux, le besoin d'avoir des interactions sociales arrive juste derrière. Vivre en situation d'isolement a des conséquences directes, comme la dégradation de la santé mentale, un déclin accéléré des facultés cognitives et l'augmentation des problèmes de nature physique. En étant présents auprès de ces personnes âgées, en leur donnant parfois simplement signe de vie, nos bénévoles leur permettent de redonner un sens à leur existence. », souligne Catherine Harel Bourdon, présidente-directrice générale des Petits Frères.

Un manque de valorisation et de reconnaissance pour les personnes âgées

Selon le récent Portrait du grand âge réalisé par Les Petits Frères sur la base d'un sondage de la firme Léger, une vaste majorité de Québécois·es (85 %) estime que notre société ne valorise pas les personnes âgées et 72 % des répondants pensent que ces dernières vivent de plus en plus de solitude. Les principales intéressées ont en retour l'impression que la société perçoit négativement la vieillesse, tout en affirmant se sentir sous-valorisées et invisibilisées. Ces constats soulignent la nécessité d'agir en amont en renforçant les efforts de sensibilisation à ces enjeux, en faisant davantage de prévention et en favorisant les interactions intergénérationnelles. Ces différents aspects s'inscrivent dans la mission poursuivie au quotidien par Les Petits Frères. Assurer l'accès des



**Les
Petits
Frères** Pour un
grand âge
bien entouré

personnes du grand âge à des activités sociales, maintenir un lien avec elles et leur rappeler qu'elles ont une place dans la société sont autant de façons de soutenir leur dignité. Au-delà des activités comme celles organisées à Pâques et tout au long de l'année, l'organisme Les Petits Frères continue de s'affirmer comme le porte-voix des personnes du grand âge qui vivent en situation d'isolement social.

Comment offrir de son temps ou un don en soutien à notre mission

C'est toujours le bon moment de se joindre au mouvement pour contrer la solitude et l'isolement social chez les personnes de 75 ans et plus en soutenant les Petits Frères. Il est possible de [s'engager comme bénévole](#) ou encore de [faire un don ponctuel ou mensuel](#), qu'il soit petit ou grand, pour contribuer à notre mission.

À propos des Petits Frères

Depuis 1962, Les Petits Frères ont pour mission de briser l'isolement des personnes seules du grand âge en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle. Actif dans 12 régions du Québec, l'organisme est le seul à accompagner les personnes âgées jusqu'à la fin de leur vie, peu importe leur condition. Âgés en moyenne de 85 ans, ces « Grandes Amies » et « Grands Amis », comme les surnomment affectueusement les bénévoles, bénéficient d'un réseau de soutien pendant une moyenne de quatre ans, mais parfois jusqu'à plus de dix ans.

- 30 -

Source :

Paul Gilbert

Conseiller principal aux communications et relations publiques (intérim)

Tél. : (514) 969-3633

pgilbert@petitsfreres.ca