

Saint-Alexis, pour une Municipalité amie des aînés (MADA)



Nos aînés,
RESSOURCE ACTIVE DANS NOTRE MILIEU





TABLE DES MATIÈRES

Mot du maire	3
Mot du président du comité	4
Qu'est-ce qu'une politique MADA	5
Les aînés : définition et valeurs	6
Objectifs généraux	7
Portrait statistique de nos aînés	7
Plan d'action 2020-2022	8
Axe 1 : Services de santé et services communautaires	9
Axe 2 : Habitation	10
Axe 3 : Aménagement du territoire	11
Axe 4 : Transport et sécurité publique	12
Axe 5 : Loisirs et participation sociale	13
Axe 6 : Communication	14
Conclusion et remerciements	15

Mot du maire

Chères Alexinoises et chers Alexinois,

Suite au dépôt du plan d'action de la politique familiale en mai 2018 et devant la croissance démographique de notre population vieillissante, il est devenu nécessaire pour le conseil municipal de Saint-Alexis de s'engager dans une démarche MADA (Municipalité amie des aînés) pour souligner l'importance du rôle de nos 55 ans et plus au développement de notre communauté.

Le lancement du plan d'action va nous permettre de mettre en place des actions qui vont rendre le milieu de vie alexinois aussi accueillant que possible pour tous ces gens que nous connaissons bien : nos grands-pères et grands-mères, parfois pères et mères, et tous ceux et celles qui sont rendus à une nouvelle étape de vie. Nous devons reconnaître leur contribution à notre milieu de vie et nous assurer que nous faisons tout pour qu'ils puissent profiter pleinement de la vie.

Les membres du comité MADA, présidé par le conseiller municipal M. Denis Ricard avec l'appui de la coordonnatrice des loisirs, M^{me} Carole Lavallée, ont travaillé fort afin de nous permettre de connaître les besoins de nos amis aînés et mettre en place des mesures pour divers volets d'activités comme le logement, le transport, les loisirs et la santé, pour ne nommer que ceux-ci.

Le conseil municipal, la direction de la Municipalité et moi-même, sommes fiers et heureux de constater que la démarche MADA favorise la concertation et l'engagement des partenaires locaux et des citoyens.

Votre maire,
Robert Perreault



Mot du président du comité

Les aînés ont leur place dans notre société québécoise. Ce sont ceux qui sont à la retraite, mais encore actifs et utiles. Nous l'avons constaté lors de la mise sur pied du comité « Municipalité amie des aînés » dont la présidence m'a été confiée.

Le parcours nous amène à faire des constats en lien avec les besoins des gens de 55 ans et plus. Les données recueillies par le biais d'un sondage sont révélatrices des préoccupations de cette tranche de la population.

Une analyse s'ensuit et des conclusions furent tirées. Le plan d'action est la concrétisation de la démarche. Les constats s'affichent sur plusieurs axes d'interventions et des actions concrètes seront le résultat de cette démarche.

Ceci en parallèle avec les acteurs du milieu, la politique familiale municipale et le conseil municipal qui adopte le plan d'action. Je remercie tous les participants qui font partie de ce comité pour leur précieuse collaboration. Le travail rigoureux, les réflexions et l'analyse des données du sondage ont donné des résultats étonnants.

Merci au conseil municipal pour son support en lien avec cette intervention.

Il demeure important de prendre soin de nos aînés qui sont les mentors de notre société et d'utiliser leur savoir-faire et leur savoir-être.

Votre président,
Denis Ricard



Qu'est-ce qu'une Politique MADA

Les municipalités et les MRC sont directement touchées par le vieillissement démographique. En effet, cette réalité les oblige à trouver une façon nouvelle de concevoir leurs politiques et leurs offres de services et d'infrastructures et d'intervenir dans différents domaines tels que l'habitation, la santé, les loisirs, la participation sociale, l'aménagement urbain et le transport. La démarche MADA a pour objet d'aider les municipalités et les MRC à encourager la participation active des aînés au sein de leur communauté et à concrétiser la vision d'une société pour tous les âges. Elle actualise le concept du vieillissement actif, prôné par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Vieillir en restant actif est un processus consistant à optimiser les possibilités de bonne santé, de participation et de sécurité afin d'accroître la qualité de vie pendant la vieillesse.

Finalité de la démarche MADA

Dans une MADA, il se développe une culture d'inclusion sociale, quels que soient l'âge ou les capacités des personnes visées. Les politiques, les services et les structures qui touchent les environnements bâtis et sociaux sont conçus pour soutenir les aînés et les aider à vieillir en restant actifs.

Une MADA est une municipalité qui :

- met un frein à l'âgisme
- sait adapter ses politiques, ses services et ses structures
- agit de façon globale et intégrée
- favorise la participation des aînés
- s'appuie sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté

(Source: GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche Municipalité amie des aînés. Gouvernement du Québec)



Les aînés : définition et valeurs

Définition

Les aînés sont des citoyens de 55 ans et + qui se distinguent par leur expérience de vie, leurs compétences et leurs multiples connaissances qu'ils transmettent aux générations présentes et futures. Aux prises avec des réalités différentes, un grand nombre d'entre eux ont été des bâtisseurs. Ils sont la mémoire de notre communauté.

Valeurs

■ Engagement ■ Respect ■ Environnement

Objectifs généraux

- Offrir un milieu de vie dynamique et harmonieux pour nos aînés.
- Orienter les politiques municipales vers les aînés et le « penser aînés » en tout temps.
- Favoriser le bien-être de nos aînés en offrant des activités et des services qui répondent à leur réalité.
- Encourager les occasions de solidarité entre les générations.



Portrait statistique de nos aînés

2016 - Population 1308

55 à 59 ans	▶ 125
60 à 64 ans	▶ 95
65 à 69 ans	▶ 180
70 à 74 ans	▶ 45
75 à 79 ans	▶ 20
80 à 84 ans	▶ 25
85 ans et +	▶ 10

Total et pourcentage
de la population

500 ▶ 38%

Nos aînés représentent **38%** de
notre population dont **49%** sont
des femmes et **51%** des hommes.





Plan d'action 2020-2022



Services de santé et services communautaires

Constat :

Les aînés désirent demeurer autonomes le plus longtemps possible. Les services de santé et de soutien communautaires sont indispensables.

Objectif :

Maintenir et améliorer l'autonomie des aînés par l'accessibilité aux services de santé et communautaires.

Actions :

- Maintenir les partenariats avec les organismes qui proposent des services de santé.
- Distribuer une pochette avec ressources et informations destinées aux 55 ans et plus.
- Mettre le bottin de ressources sur le site de la Municipalité.

Constat :

Nous constatons un intérêt pour les cuisines collectives afin de favoriser les saines habitudes alimentaires, l'autonomie et les rencontres sociales.

Objectif :

Faire connaître le concept de la cuisine collective.

Actions :

- Implanter un projet de cuisine collective.

Constat :

Certaines personnes âgées ont besoin d'aide pour effectuer certains petits travaux.

Objectif :

Se doter d'une liste de références pouvant servir aux personnes âgées.

Actions :

- Créer un réseau d'échanges de services locaux (covoiturage, sorties amicales, petits travaux intérieurs et extérieurs).





axe

Habitation

Constat :

Les aînés souhaitent demeurer le plus longtemps possible à leur domicile, dans leur communauté.

Objectif :

Soutenir les aînés dans leur volonté de demeurer à domicile, à Saint-Alexis.

Actions :

- Faire davantage connaître les ressources d'aide à domicile desservant la population de la Municipalité de Saint-Alexis et de la MRC de Montcalm.

Constat :

Les aînés doivent quitter la Saint-Alexis s'ils veulent un hébergement offrant des services.

Objectif :

Permettre aux aînés de demeurer le plus longtemps possible dans leur milieu.

Actions :

- Mettre en place un comité pour étudier les possibilités d'un projet de maison pour aînés à Saint-Alexis.
- Faire connaître les mesures facilitant l'implantation de maisons intergénérationnelles sur le territoire.



Aménagement du territoire

Constat :

Le besoin d'un centre communautaire multifonctionnel et adapté a été identifié comme une priorité. Des infrastructures désuètes nuisent à la pratique de nouvelles activités.

Objectif :

Accroître le potentiel d'activités pour les aînés relativement aux aménagements disponibles et à la qualité de ceux-ci (centre communautaire, gymnase, etc.).

Actions :

- Examiner la possibilité de faire un partenariat avec l'école afin d'avoir accès au gymnase pour certaines activités.
- Aménager le centre communautaire afin d'augmenter la diversité des activités offertes.

Constat :

Accès difficile pour certains bâtiments sur le territoire.

Objectif :

Prévoir l'accessibilité universelle des édifices publics.

Actions :

- Installer des équipements d'accès universel à tous les bâtiments municipaux (rampes d'accès, mains courantes, portes automatiques, etc.).
- Revoir les panneaux de signalisation routière et en assurer une bonne lisibilité et une bonne visibilité.





axe

Transport et sécurité publique

Constat :

Les aînés n'utilisent pas et connaissent très peu les services de transport collectif.

Objectif :

Faire connaître les différents services de transport.

Actions :

- Informer les aînés des services offerts en matière de transport collectif et adapté.
- Augmenter le nombre d'arrêts du parcours.

Constat :

Problématique de sécurité routière sur le territoire de la Municipalité.

Objectif :

Accroître le niveau de sécurité routière sur le territoire de la Municipalité.

Actions :

- Rendre sécuritaires les intersections de la rue Principale, Masse, Liard, Contant et Ricard.
- Appuyer le Comité de sécurité et la Municipalité visant à renforcer la surveillance faite par les policiers/ères et déterminer des endroits et moments propices.
- Rafraîchir plus régulièrement le marquage des traverses piétonnes et de la chaussée.
- Entreprendre des démarches visant à offrir une zone de circulation sécuritaire pour les piétons sur la rue Principale en période hivernale.





axe

Loisirs et participation sociale

Constat :

Peu d'activités physiques, sociales ou culturelles sont offertes aux aînés. Les aînés souhaitent plus d'occasions de se rencontrer.

Objectif :

Soutenir les organismes du milieu offrant des services et activités aux aînés.

Actions :

- Établir la liste des organismes et des activités offertes dans une perspective de maintenir les acquis actuels.
- Aider à diversifier les activités proposées aux aînés.

Constat :

Les aînés consultés ont indiqué qu'ils aimeraient participer à certaines activités intergénérationnelles si elles étaient offertes dans leur Municipalité.

Objectif :

Mettre en place des activités intergénérationnelles.

Actions :

- Organiser des activités et/ou ateliers sur divers sujets permettant un échange d'expertise entre les jeunes et les aînés.
- Organiser une activité afin d'écrire l'histoire des familles de la Municipalité en impliquant nos jeunes.

Constat :

Certains aînés manquent de moyens financiers pour pratiquer des activités physiques.

Objectif :

Se donner une structure afin de faciliter l'accès à des activités physiques pour nos aînés.

Actions :

- Bonifier la politique d'aide financière associée aux loisirs sportifs et culturels en y incluant un volet aînés.





axe

Communication

Constat :

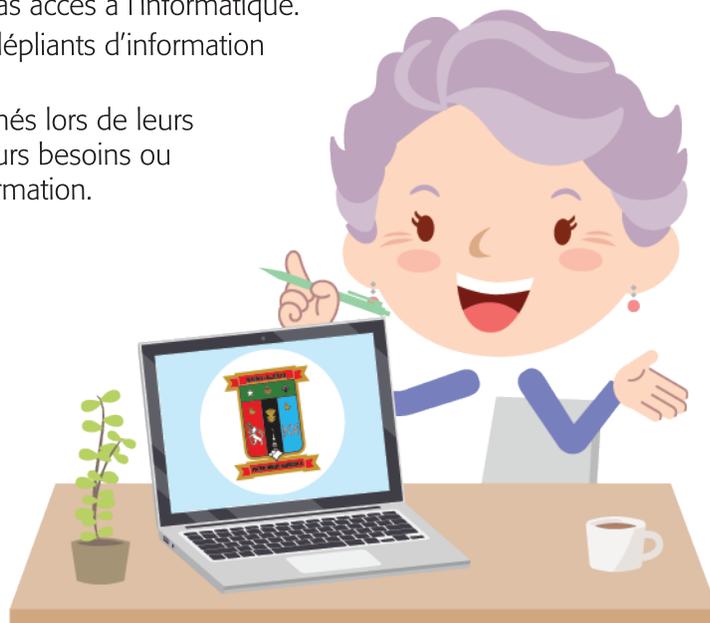
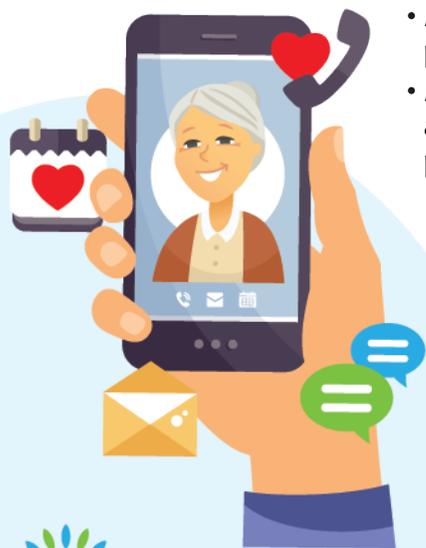
Même s'ils savent où se procurer l'information, les aînés apprécient une approche personnalisée et les contacts humains. Le journal ST-AX et le site de la Municipalité sont identifiés comme les meilleurs moyens de les rejoindre.

Objectif :

Améliorer nos outils et mécanismes de communication afin de rejoindre davantage d'aînés et de faciliter leur participation à la vie de la communauté.

Actions :

- Proposer des rencontres d'informations sur différents sujets.
- Faire connaître le service de visites et téléphones d'amitié.
- Créer une chronique pour les aînés dans le ST-AX.
- Rendre le site internet de la Municipalité plus interactif et facile d'utilisation pour les aînés.
- Maintenir les communications imprimées pour les aînés qui n'ont pas accès à l'informatique.
- Adapter le présentoir de dépliants d'information pour les aînés.
- Aller à la rencontre des aînés lors de leurs activités afin de sonder leurs besoins ou pour transmettre de l'information.



La conclusion du MADA de la part des membres du comité

« Les aînés ont beaucoup donné, maintenant, à eux de recevoir! » **Denis Ricard**, président du comité MADA

« Ce que j'ai pu constater, c'est la préoccupation que notre Municipalité accorde aux aînés et tous les services dont ils peuvent se prévaloir. Ils doivent en être informés. » **Marielle Mailhot**, Place du clocher

« La démarche MADA m'a permis de découvrir des citoyens et citoyennes investis qui ont à cœur le bien-être des personnes âgées de la Municipalité de Saint-Alexis. Un modèle de bonté et de bienveillance! »

Chantal Sullivan, Organisatrice communautaire CLSC Saint-Esprit

« Je suis contente d'avoir fait partie du comité MADA de Saint-Alexis. Cette présence m'a permis de nouer des contacts à Saint-Alexis. Aussi, j'ai pu partager mes connaissances des services existants, surtout ceux offerts par le CAB Montcalm. J'espère que le MADA offrira aux gens la possibilité de continuer à se sentir bien, au fil du temps, à Saint-Alexis et de pouvoir y rester longtemps. » **Christine Jodoin et Carolan Simard**, Animatrices Groupes d'Entraide et d'Amitié Centre d'Action Bénévole de Montcalm

« Le gazon est peut-être plus vert dans notre Municipalité que vous ne le pensez! »

Yoland Roy, Coordonnateur bibliothèque **Diane Lavallée**

« MADA pour moi c'est : Milieu de vie, Agréable, Disponible, Aux aînés » **Michelyne Bellerose**, Alexinoise

« Vieillir en forme et en santé dans son patelin, l'affaire de toute une communauté. »

Johanne Champagne, présidente de l'AFÉAS de Saint-Alexis

« MADA pour que nos aînés vivent en sécurité dans leur milieu de vie » **Richard Matteau**, Comité Sécurité de Saint-Alexis

« Pour la FADOQ, le plan d'action du MADA va nous permettre de travailler tous ensemble pour le bien être des 50 ans et plus. » **Sylvie Leblanc**, FADOQ Saint-Alexis

« Penser aînés, nous permet de proposer de belles actions » **Luce Lavallée**, Alexinoise

« Parce que nos aînés sont à la base de notre communauté, reconnaissons leur apport en leur offrant un milieu de vie sain. » **Martine Mercier**, Paroisse Notre-Dame-de-l'Acadie

Remerciements

Merci à tous ceux et celles qui ont rendu possible le « Plan d'action pour les 55 ans et plus ».
Votre implication, quelle qu'elle soit, fera de notre communauté un endroit où il fait bon y vieillir.

Merci au Ministère de la Famille

Merci pour votre soutien, Richard Martin, du Carrefour Action Municipale

Une communauté qui se réunit et qui met en place des actions pour le bien-être et le mieux-vivre de ses citoyens et citoyennes. Créer un monde meilleur, c'est ce qu'il faut faire pour l'émancipation de notre société.

Carole Lavallée, coordonnatrice du **MADA** pour la Municipalité de Saint-Alexis





Bibliographie

Statistiques Canada Recensement 2011 et 2016
MRC Montcalm – Site Internet onglet
« Historique de Saint-Alexis »
Site de la Municipalité de Saint-Alexis
Rédaction, chargée de projet : Carole Lavallée
Infographie : Diane Coulombe




Nos aînés.
RESSOURCE ACTIVE DANS NOTRE MILIEU

258, rue Principale, local 100
Saint-Alexis (Québec) J0K 1T0
450 839-7277 | st-alexis.com