



# **MUNICIPALITÉ AMIS DES AÎNÉS (MADA)**

## **Politique Aînés 2018-2022**

Mise à jour



**Municipalité  
amie des aînés**

En partenariat avec :

**Québec** 

Saint-Ulric, juin 2018

Chargé de projet, Olivier Garot

## **Introduction :**

### **Petit retour dans le passé**

La municipalité de Saint-Ulric a entrepris dès 2009 des démarches afin de se doter d'une politique familiale et des aînés. Un portrait a été dressé à partir de données statistiques Canada afin d'avoir une vue d'ensemble de la situation démographique et sociale de la municipalité et d'appuyer la politique sur ce profil du milieu.

Ensuite un comité de 9 personnes (Nadine Turcotte, Bernadette Ouellet, Marie-Josée Gingras, René Paquet, Pierrette Saint-Laurent, Alain Desmeules, Madeleine Bérubé Roy, Julie Galibois et Mélanie Dubé) a réfléchi à comment recueillir les besoins et préoccupations des citoyens de différentes générations. (consultations publics en mars 2011, rencontres en classe, groupe de discussions avec des adultes, des aînés). Une centaine de citoyens et citoyennes ont pu ainsi s'exprimer.

Ces consultations exploratoires ont alimenté les réflexions du comité famille-aînés qui a regroupé les pistes d'actions en 7 grandes catégories :

Communication, Loisirs, sport et culture, Habitation et patrimoine, Vie communautaire, Environnement, Santé, sécurité et services sociaux, Conciliation travail-famille.

Le comité a ensuite bonifié et retravaillé les principales préoccupations recueillies avec l'appui des personnes ressources pour obtenir à terme un plan d'action réaliste impliquant différents partenaires (municipaux, institutionnels, ou communautaires)

La politique triennal famille-aînés de Saint Ulric a été adopté par le conseil municipal le 09 mai 2011 et lancé officiellement lors de la fête des voisins le 04 juin 2011.

### **Voici le temps d'actualiser notre politique**

Une mise à jour de la politique famille-aînés est désormais nécessaire avec l'aide d'un nouveau comité de pilotage. Celui-ci est composé de 8 membres, 3 représentants Aînés (Madeleine Desrosiers, Monique Bourque, Richard Lamarre), 4 représentants Famille (Julie Bérubé, Chantal Poirier, Yann Guillon, Annie Bernier) et un représentant municipal (Olivier Garot).

## **Notre démarche**

La mise à jour de la politique et du plan d'action « MADA » (Municipalité Amis des Aînés) a été réalisée sur 2 ans en parallèle de la mise à jour de la politique Familiale. Ce travail a été fait de cette façon pour concentrer l'investissement citoyen sur les 2 aspects de développement de notre municipalité comme cela avait déjà été fait en 2011 pour la création de la politique Famille-Aînés 2011-2014 de notre municipalité. Cette démarche permet également de limiter la séparation aînés et famille à l'heure où l'on encourage et valorise les activités et le lien intergénérationnel. Les aînés ont des idées qui nous concernent tous, et d'autres part les familles et les jeunes citoyens sont les futurs aînés et ont une vision à partager.

Mettre en place une consultation et une politique uniquement à propos des aînés était un risque de n'avoir que des aînés à nos rencontres et donc de sortir de la vision communautaire. Toutefois les réflexions et l'analyse des besoins des aînés ont été encouragées et mises en valeur lors des consultations et dans ce document. Les besoins propres à la communauté en général ont toutefois été pris en compte également afin de répondre avec le plus d'attention et de précision possible à toute la population, pour aujourd'hui mais aussi pour demain...

Le comité de pilotage a donc été chargé

- d'analyser le précédent plan d'action 2011-2014
- de dresser un portrait du milieu en 2016 (selon statistique canada)
- de réaliser des consultations auprès de la population selon 7 champs d'interventions réadaptés à notre milieu :

1. Communication, information

2. Loisirs, sport et cultures

3. Parc, embellissement et patrimoine

4. Vie communautaire et lien intergénérationnel

5. Environnement

6. Santé, sécurité et services sociaux

7. Famille-enfants

- de dresser un bilan des pistes d'actions 2018-2022 nommées lors des consultations
- de réaliser un plan d'action détaillé 2018-2022 (objectifs, moyens d'action, public cible, partenaires et budget nécessaire à la réalisation)

Enfin un comité de suivi composé des mêmes citoyens volontaires s'assura de l'avancement du plan d'actions adopté par le conseil municipal.

La mise à jour de notre politique MADA est donc le fruit d'un long et rigoureux processus, et d'une écoute active de nos aînés et des citoyens tous favorable à un vieillissement actif et qui nous concerne tous.



**Un portrait démographique qui évolue. Le vieillissement de notre population est un enjeu communautaire**

Quelques données statistiques

**1.1 La population par groupe d'âge en 2016**

Groupe d'âges	Total 100%	Total 1585 h.	Sexe masculin	Sexe féminin
<b>0 à 14 ans</b>	<b>13,6 %</b>	<b>215</b>	<b>115</b>	<b>100</b>
0 à 4 ans		70	35	35
5 à 9 ans		75	35	35
10 à 14 ans		70	40	30
<b>15 à 64 ans</b>	<b>63,4%</b>	<b>1 005</b>	<b>505</b>	<b>500</b>
15 à 19 ans		70	35	35
20 à 24 ans		60	30	30
25 à 29 ans		75	35	35
30 à 34 ans		85	50	30
35 à 39 ans		75	35	40
40 à 44 ans		95	55	45
45 à 49 ans		70	30	40
50 à 54 ans		140	75	65

55 à 59 ans		175	80	90
60 à 64 ans		165	85	80
<b>65 ans et plus</b>	<b>23%</b>	<b>365</b>	<b>200</b>	<b>165</b>
65 à 69 ans		140	85	55
70 à 74 ans		95	55	40
75 à 79 ans		65	30	35
80 à 84 ans		40	20	25
<b>85 ans et plus</b>	<b>1.6%</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
85 à 89 ans		15	10	10
90 à 94 ans		5	5	0
95 et plus		0	0	0

Observations particulières:

Sur 1585 résidents, 815 sont de sexe masculin et 770 sont de sexe féminin.

**Les jeunes de 0 à 14 ans comptent pour 13,6%** de la population (215 enfants).

**Les 0-19 ans sont 17,7%** de la population (70 adolescents de 14 à 19 ans).

**Les adultes âgés de +de 65 ans constituent 23%** de la population (365 pers.), soit environ un quart des résidents. Cette proportion devrait augmenter dans les 10 prochaines années puisque les 50 à 64 ans représentent 480 personnes, soit 30% de la population actuelle. **Au total, les plus de 50 ans représentent 53% de la population.**

**15 % des résidents sont âgés de 70 ans et plus.** À noter que l'espérance de vie<sup>1</sup> au Québec est maintenant de 80,8 chez les hommes et de 84,5 ans chez les femmes.

Pour les - de 50 ans, les proportions à chaque 5 ans sont plus ou moins les mêmes (pas de bay-boom). En moyenne 70 à 75 personnes représentent chaque tranche de 5 années (exemple :les 0-4 ans sont 70 tout comme les 10-14 ans les 35-39 ans (75) ou les 45-49 ans)

## 1.2 L'évolution de la population Ulricoise de 2006 à 2016

Les données<sup>2</sup> permettant d'illustrer l'évolution de la population depuis 2006 sont présentées par figure suivante.

Classes d'âge	2006			2011			2016		
	H	F	Total	H	F	Total	H	F	Total
0-14	125	115	245	105	90	195	115	100	215
15-19	40	45	95	50	40	90	35	35	70
20-24	45	40	85	30	40	70	30	30	60
25-44	185	185	365	165	155	325	175	155	330
45-54	165	165	325	155	165	320	105	105	210
55-64	160	140	300	160	160	320	170	170	340
65 et +	125	150	275	160	175	335	200	165	365
<b>TOTAL</b>	<b>845</b>	<b>840</b>	<b>1690</b>	<b>820</b>	<b>825</b>	<b>1645</b>	<b>815</b>	<b>770</b>	<b>1585</b>

La tableau permet de tirer les conclusions suivantes :

---

1

Institut de la Statistique du Québec. 2017. « La mortalité et l'espérance de vie au Québec en 2016 »,

2

Statistique Canada. 2017; 2011; 2006.

1. De 2006 à 2016, la population de la Municipalité diminue de 6,2 %. En comparaison, la population de la MRC a diminué de 4,25% sur la même période.
2. La variation dépend des groupes d'âge :
  1. La seule augmentation de 2006 à 2016 (+ 22,6%) se situe chez les 55 ans et plus, les autres classes d'âge ont diminué.
  2. Les 0-14 ans même si depuis 2006 sont moins nombreux en 2016 (-12,2%), ils ont connu tout de même une augmentation de 2011 à 2016 (+10,3%)
  3. Le groupe des 45-54 ans connaît la diminution la plus importante par rapport aux autres groupes d'âge (-35,4%).

### 1.3 La population projetée

Année	Total	0-4	5-9	10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90+Âge moyen	
2011	1 645	65	65	70	100	70	85	85	90	75	130	170	155	165	115	90	50	35	25	5	45,6
2016	1 655	80	65	70	60	80	70	85	85	110	75	130	175	155	160	100	75	40	30	10	47,1
2021	1 660	75	85	70	60	50	75	75	85	90	110	75	140	180	155	140	85	65	30	15	48,4
2026	1 660	65	80	85	65	55	50	85	75	90	90	110	85	145	180	140	125	70	45	20	49,6

La projection réalisée par l'institut statistique du Québec nous montre que la population de Saint-Ulric ne devrait plus baisser, même si contrairement à ces prévisions de 2011 à 2016 nous avons vu notre population diminuer à 1585 habitants.

**Toutefois, dans les 10 prochaines années, on voit que les plus de 65 ans augmenteront, tout comme l'âge moyen de la population.**

Les 15-30 ans vont diminuer nettement, et les 0-14ans vont eux un peu augmenter.

Cela traduit un exode des jeunes en âge de travailler ou d'étudier.



## **Principes directeurs Municipaux en faveur des aînés**

### **SAINT-ULRIC**

*La cohérence des actions entreprises dans le cadre de la démarche MADA repose sur de grands principes directeurs validés par le conseil municipal de Saint-Ulric.*

#### **Vieillessement actif**

**Ce principe est un processus visant un mode de vie actif (implication bénévole, prolongement de la présence sur le marché du travail, participation aux activités récréatives, soutien aux projets novateurs, démarche de saines habitudes de vie,...) présentant des répercussions positives sur la santé et la qualité de vie des individus et de leur communauté. En ce sens, les actions entreprises au cours de la démarche MADA visent une participation constante des Ulricois à la vie sociale, économique, culturelle, intellectuelle et civique de Saint-Ulric. En développant des mesures qui encouragent le vieillissement actif, c'est l'ensemble de la population qui bénéficiera des retombées positives sur le plan social.**

#### **Qualité de vie**

**L'amélioration de la qualité de vie est un principe central de la présente démarche. L'habitat, le transport, la santé et les relations sociales sont tous des éléments jouant un rôle significatif quant à la perception que les citoyens ont de leur qualité de vie. Ainsi les actions découlant de la politique MADA ont été développées dans la perspective de répondre aux besoins des aînés en matière de bien-être, de santé, d'appartenance et de sécurité. De ce fait, Saint-Ulric tendra à devenir un milieu plus convivial où on pourra « S'Unir pour grandir » ensemble.**

#### **Lien intergénérationnel**

**La valorisation et le maintien de la contribution des différentes générations qui se côtoient au sein de la communauté Ulricoise est un enjeu important en matière de cohabitation et de cohésion sociale. Les occasions d'échanges et d'apprentissages intergénérationnels reposent sur la réciprocité entre les individus d'âges différents, dans un objectif d'entraide et de partage d'expertises. Ces rapports ne peuvent être que bénéfiques tant à l'échelle individuelle que collective et contribuent notamment à réduire l'âgisme et les préjugés (activités autour du festival, de l'école, conférence, goûter intergénérationnel,...)**

### **Accessibilité**

**Afin de profiter des améliorations de structures, des activités ou de services issus souvent des programmes financiers, ou d'initiatives du milieu, les aînés doivent d'abord et avant tout y avoir accès. Alors que ce sont les aspects financiers et physiques qui nous viennent spontanément en tête lorsqu'il est question de ce sujet, il faut également considérer la capacité à s'informer et à comprendre les informations, l'accompagnement, la disponibilité et toutes les autres dimensions pouvant déterminer, du point de vue de la personne, la facilité d'accès à un service, un programme, une activité, un lieu ou une information.**

**L'accessibilité se veut également universelle, fondée sur une approche d'inclusion, visant à réduire l'écart entre la population et les personnes vivant avec certaines limitations.**

### **Concertation**

**Bien que la municipalité soit positionnée au cœur de la démarche, elle n'est pas l'unique actrice impliquée: elle peut compter sur l'appui et la collaboration du centre santé et de services sociaux de Matane, des organismes communautaires, du milieu associatif et des organismes privés. La mobilisation de la communauté contribue à la pérennité des actions ciblées. En travaillant ainsi, le processus permet également d'améliorer la vie démocratique et de mettre en place une vision commune.**



## **Orientations et objectifs généraux de la démarche**

### **MADA 2018-2022**

#### Information et communication

**Champ d'intervention 1 : Favoriser une meilleure circulation de l'information concernant les initiatives citoyennes, les services municipaux et les organismes locaux de manière à rejoindre les aînés**

Objectifs : • Faire connaître les ressources, les services et les programmes municipaux et locaux destinés aux aînés • Faciliter l'accès à l'information destinée aux aînés

Les ressources, services, programmes et activités destinés aux aînés sont nombreux et de nature variée, tout autant que la panoplie d'acteurs publics et associatifs qui les proposent. Même les intervenants œuvrant de longue date dans le milieu peinent parfois à s'y retrouver!

Outre cette variété, l'efficacité de la diffusion des informations relatives aux ressources destinées aux aînés est confrontée à la multiplication des plateformes et supports en matière de communication et au recours à des stratégies ne tenant pas toujours compte des caractéristiques de la clientèle visée, comme le manque de connaissances et d'accès informatiques. Ces réalités deviennent d'autant plus préoccupantes alors que de nouveaux besoins liés au vieillissement apparaissent chez la personne et que ni elle ni son réseau – quand elle en a un – ne sont en mesure d'identifier les ressources pouvant l'aider.

Les stratégies à retenir consistent donc à assurer la diffusion de l'information dans des formats et sur des médias adaptés aux aînés, comme le journal local L'ulricois, un affichage visible dans des lieux stratégiques (église, caisse des jardins, épicerie) et en plus de former les aînés à utilisation du web, entretenir le site web avec des informations pertinentes

La municipalité de Saint Ulric souhaite améliorer ses stratégies de diffusion de l'information destinée aux aînés. Elle souhaite également collaborer avec ses partenaires de tout niveau et de tout domaine afin de faciliter, pour les aînés et les personnes qui les entourent, un accès facile aux informations relatives aux ressources présente dans la Mrc de La matanie.

#### Loisirs, sports et cultures

**Champ d'intervention 2 : Promouvoir une offre diversifiée d'activités récréatives, sportives et culturelles accessibles et rassembleuses**

Objectifs : • Favoriser la pratique d'activités par les aînés sur l'ensemble du territoire • Bonifier les activités, les programmes et les événements à l'intention des aînés • Valoriser l'apport des aînés dans la communauté

Une des conditions du vieillissement actif – principe fondateur d'une politique MADA – est la participation et l'engagement à la vie sociale. En plus de contribuer au maintien des capacités physiques et cognitives, la participation à la vie collective contribue à resserrer les liens familiaux, intergénérationnels et sociaux, à valoriser les personnes et à permettre à la personne aînée de vivre des expériences bénéfiques et significatives.

Pour être en mesure d'offrir les bienfaits associés à l'accès à la vie récréative, communautaire et sociale, elle doit se décliner en programmes, événements et activités accessibles et adaptés, tenant compte de la diversité des goûts, des besoins et des capacités des aînés. Il faut également tenir compte de la réalité géographique de la ville et assurer une desserte équitable et de proximité.

Les aînés ulricois représentent une ressource inestimable en matière de savoir-faire. Leur implication bénévole, déjà importante, génère des retombées significatives en matière de vie communautaire et représente un atout à maintenir et à bonifier.

## Parc, embellissement et patrimoine

**Champ d'intervention 3** : mettre en valeur le patrimoine immatériel et matériel, le logement et le transport.

Objectifs : • Favoriser le maintien à domicile • Encourager une offre d'habitation diversifiée et adaptée sur l'ensemble du territoire • Assurer la sécurité des personnes • Favoriser la fréquentation de l'espace public par les aînés • Favoriser la mobilité active

Il convient de reconnaître leur droit des aînés à demeurer dans leur milieu de vie, au sein de leur domicile, de leur quartier, de leur ville.

Considérant les besoins changeants et particuliers des aînés, il faut assurer une adaptation du milieu de vie leur permettant d'y évoluer le plus longtemps possible et en toute sécurité. À ce chapitre, les domaines d'intervention sont nombreux : habitat, transport, espaces extérieurs et bâtiments.

L'intervention dans ces domaines s'inscrit dans un esprit de continuité du parcours de l'aîné qui vit, se déplace, se divertit, rencontre ses amis, fait ses achats et évolue dans un cadre physique accueillant, accessible, adapté et sécuritaire. Les aînés plus limités en ce qui concerne la mobilité doivent pouvoir recevoir des services divers et agrémentant leur qualité de vie.

Une partie des actions soutenant l'orientation de favoriser le maintien des aînés dans leur milieu concerne l'aménagement des espaces et des voies publiques et la sécurité publique, domaines relevant en grande partie de la municipalité. D'autres services sont cependant assurés par les organisations du milieu, en collaboration avec les services municipaux Club des 50 et + et comité de développement de la Rivière Blanche)

## Santé et soutien communautaire

**Champ d'intervention 4, 5, 6 :** Favoriser le maintien de la qualité de vie des aînés

Objectifs : Favoriser la participation des aînés à la vie communautaire afin de renforcer le lien intergénérationnel et les réseaux d'entraide • Faciliter l'accès aux informations et aux programmes de santé et de soutien communautaire à l'intention des aînés • Contribuer à prévenir l'isolement des aînés et des proches-aidants • Favoriser la mise en place d'environnements favorables aux habitudes de vie saines et sécuritaires

Fort est de constater que le vieillissement des personnes rime avec fragilisation des conditions de vie, perte de capacités et besoins grandissants en matière de soutien et de santé. L'enjeu est ici d'être en mesure d'offrir aux aînés les ressources leur permettant de maintenir leur qualité de vie.

Les interventions en santé et en soutien communautaire se veulent d'abord préventives, particulièrement au chapitre du risque d'isolement des aînés ou de leurs proches-aidants. L'isolement de ces personnes multiplie les risques de perte de jouissance de la qualité de vie et les conduit la plupart du temps à la vulnérabilité psychologique, sociale et physique.

La Mrc et les organismes de Matanie sensibilisent et offrent des services aux divers besoins des aînés et des personnes de leur entourage qui les soutiennent. Ces ressources s'avèrent cependant parfois méconnues et, malgré les efforts déjà consentis en ce sens, il reste du chemin à parcourir pour rejoindre les clientèles ciblées.

Par ailleurs, la prévention réside également dans la mise en place d'environnements favorisant l'adoption de saines habitudes de vie, un domaine qui s'inscrit en continuité avec une vision plus communautaire visant la qualité de vie des citoyens. Il s'agit donc de prendre en considération les besoins spécifiques des aînés et de proposer des mesures qui leur sont adaptées (sentiers, terrain de pétanque, trottoirs, ...)

## **Conclusion :**

La démarche de mise à jour de la politique envers les aînés et d'accréditation « Municipalité Amis Des Aînés » a été une réussite. Cela est dû notamment au dynamisme de notre milieu et de nos aînés bénévoles et actifs qui sollicitent régulièrement la municipalité pour parvenir à mettre en place les projets issus de leurs besoins.

La politique MADA commencée en 2011 a évidemment contribué à l'entregent de nos aînés d'aujourd'hui et aux projets réalisés.

A l'heure où on se parle (juin 2018), 3 nouveaux projets pour les aînés ont été déposés au près du PIQM MADA, de Nouveaux Horizons et de Northland Power, tous pour répondre au plan d'action 2018-2022 et aux besoins nommés par nos aînés.

**Saint-Ulric est une municipalité à l'écoute qui croit en ses organismes, en sa population et bien sûre en ses aînés !!!**



**Municipalité  
amie des aînés**

En partenariat avec :

**Québec** 

A saint-ulric, le 06 juin 2018,

Le chargé de projet pour la municipalité de Saint-Ulric,

Olivier GAROT



## **Remerciements**

La municipalité de Saint-Ulric tient à remercier toutes les personnes qui ont participé à la démarche MADA, notamment les membres du comité de pilotage.

Comité de pilotage 2016-2017

Madeleine Desrosiers, Monique Bourque, Richard Lamarre, Julie Bérubé, Chantal Poirier, Yann Guillon, Annie Bernier, Olivier Garot

Organismes participants

Club des 50 et +

Partenaires

Mrc de La Matanie

COSMOSS La Matanie

La municipalité tient également à remercier tous les autres représentants d'organismes et citoyens qui ont participé aux sondages, à la rencontre de consultation et séances de travail dans le cadre de cette démarche.

La démarche MADA a été rendue possible grâce à la contribution financière du

***Ministère de la Famille du Québec***