

POLITIQUE MUNICIPALE DES AÎNÉS

Municipalité de
Saint-Benjamin



Municipalité
amie des aînés

Table des matières

| | |
|---|----|
| Mot du maire | 3 |
| Mot de la responsable des questions aux aînés..... | 4 |
| Présentation du comité de pilotage..... | 5 |
| Introduction | 5 |
| Définition d'un aîné | 6 |
| Les valeurs | 6 |
| Portrait de la municipalité..... | 7 |
| Les principes liés au vieillissement actif.... | 9 |
| Les champs d'actions..... | 10 |
| Plan d'action | 10 |
| Suivi du plan d'action | 18 |
| Conclusion..... | 19 |
| Remerciements | 19 |



Mot du maire



Martin Beaulieu
Maire

Bonjour,

C'est avec plaisir et fierté que nous vous partageons le fruit du travail des deux dernières années, en termes de politique municipale pour nos aînés. Mais qui sont ces aînés au fait ? Ne sont-ils que nos « prédécesseurs » ? Ne sont-ils que ceux et celles envers qui nous « devons » des soins et des attentions particulières ? Ils et elles sont bien plus que cela ! Ils sont ceux et celles qui nous ont montré le chemin, qui nous ont ouvert la voie, qui nous ont fait grandir ! Ils sont, en 2022, plus vigoureux que jamais, ils sont en forme et partagent leur temps entre service aux autres, entraide à leur propre famille et plaisirs de la vie. Ils sont joie de vivre et souhaitent demeurer jeune dans leur cœur en compagnie de leurs proches !

Entretenir et adapter une municipalité dans un contexte où l'on aspire à garder nos aînés près de nous et dans le feu de l'action régionale nous engage dans un processus de veiller à leur bien-être pour qu'il s'arrime au bien-être des familles. Dans ce document préparé à cet effet, vous trouverez de petites et grandes actions pour atteindre ces objectifs énoncés ici-haut. Nous nous dotons ici d'un plan flexible, ajustable et réalisable, pour que nos aînés soient bien plus que nos aînés.

Merci au comité responsable pour la création de notre politique municipale pour nos aînés, mais surtout merci à chacun de ceux et celles qui pourront en profiter et ainsi rester actifs et déterminés à faire partie de cette communauté, qui est celle de toutes les générations.

Mot de la responsable des questions aux aînés

Bonjour résidentes, résidents de Saint-Benjamin, ami(es) des aînés !

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons la politique municipale amie des aînés. Nous nous sommes engagés à entreprendre une démarche pour faire de Saint-Benjamin une municipalité où le mieux-être des aînés est au coeur de nos préoccupations. Cette politique et ce plan d'action sont le fruit d'une démarche qui s'est déroulée au cours des deux dernières années grâce à l'implication de partenaires, du comité de pilotage, d'une chargée de projet et de plusieurs citoyens.

Cette démarche nous a permis de cibler les actions appropriées afin d'améliorer la qualité de vie de nos aînés et d'établir des collaborations avec les autres municipalités et avec nos partenaires.

Je suis très fière d'être la porteuse de cette démarche qui, je le souhaite, assurera à nos aînés des conditions de vie épanouissantes et sécuritaires en reconnaissance de ce qu'ils ont réalisé, mais également de ce qu'ils ont encore à transmettre à notre communauté.

Nous mettrons en oeuvre ce plan d'action et nous serons toujours disponibles pour accueillir vos commentaires et suggestions afin de bonifier nos actions et préparer la prochaine politique.



Nancy Mathieu,
conseillère
municipale
responsable
de la politique
MADA

Présentation du comité de pilotage

Le comité de pilotage se compose des personnes suivantes :

- Ruth Boulet, présidente du comité de l'Âge d'Or
- Brigitte Caron, citoyenne impliquée
- Nancy Mathieu, conseillère responsable des questions aux aînés
- Cindy Turcotte, chargée de projet

Introduction

Au Québec et partout dans le monde, les populations sont touchées par le vieillissement démographique. En effet, dans les années à venir, les populations d'aînés augmenteront significativement. De plus, les aînés vivront plus vieux. Afin de mieux supporter leurs aînés, les villes et municipalités doivent planifier l'adaptation de leurs services et infrastructures au vieillissement de la population.

Dans le but de mieux se préparer à ce changement, la municipalité de Saint-Benjamin s'est engagée à devenir une Municipalité amie des aînés (MADA). Ce projet comprend diverses étapes pour diagnostiquer les services en place et établir un plan d'action basé sur les besoins actuels des aînés. Le comité MADA vous présente donc, dans les pages suivantes, les résultats de ses recherches, ainsi que le plan d'action accepté par la municipalité, lequel s'échelonnera sur 4 ans.

Tout d'abord, le comité a défini ce qu'est un aîné, les valeurs qu'il veut véhiculer à travers la politique des aînés, ainsi que les principes directeurs sur lesquels la recherche a été basée.



Définition d'un aîné

Un(e) aîné(e) ne se résume pas qu'à un(e) personne âgée. L'âge n'est qu'un des nombreux facteurs qui définissent un aîné. Voici la définition qu'à retenu le comité.



Définition d'un aîné

Un(e) aîné(e) est une personne de 65 ans et plus qui, par le partage de son histoire, son expérience et ses connaissances, ajoute aux richesses de la communauté. Par son implication au sein des générations, l'aîné est actif socialement, économiquement et culturellement, ce qui lui permet de nourrir un sentiment d'utilité envers les siens.

Les valeurs

Par la mise en place de la politique municipale des aînés, le comité désire que les valeurs suivantes soient véhiculées au sein de la communauté.

Le **respect** sous toute ses formes envers nos aînés en s'adaptant aux différences et aux capacités de chacun d'eux.

L'**inclusion** de nos aînés à travers les activités intergénérationnelles, à travers la transmission des savoirs et par la consultation de ceux-ci afin d'obtenir leur idées et avis.

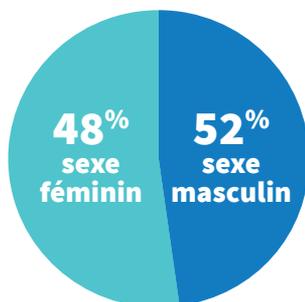


Portrait de la municipalité

Population

La population totale de la municipalité de Saint-Benjamin en 2021 est de 1 090 habitants, dont 565 personnes sont de sexe masculin et 525 personnes sont de sexe féminin, ce qui représente une augmentation de 9% depuis le recensement de 2016.

**Population totale en 2021 -
1 090 habitants**



Profil des personnes âgées

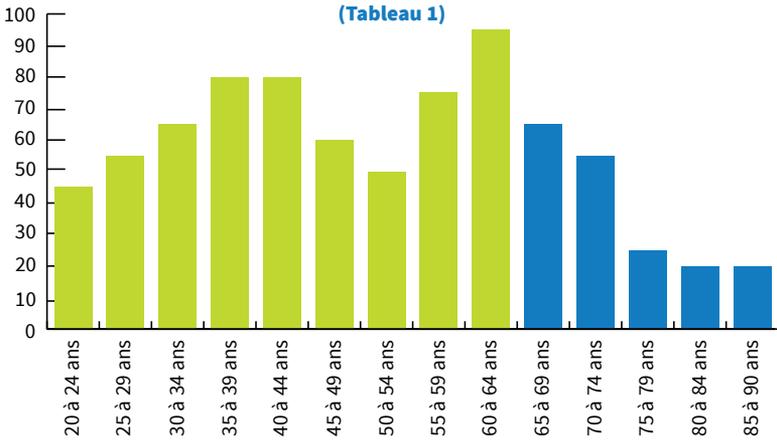
Le tableau 1 illustre le profil de la population de 2021, alors que le tableau 2 illustre une projection de la population en 2041 selon le nombre de personnes qui feront partie de chaque groupe et selon les données actuelles.

Le groupe des aînés est composé des 65 ans et plus. En 2021, 185 personnes font partie de ce groupe. À titre comparatif, en 2016 ils étaient 155 personnes. En 2041, toujours en se basant sur les données de 2021 et nonobstant les déménagements, décès et autres, la population âgée sera de 345 personnes, une augmentation de 54%. En 20 ans, la population âgée aura presque doublé en nombre.



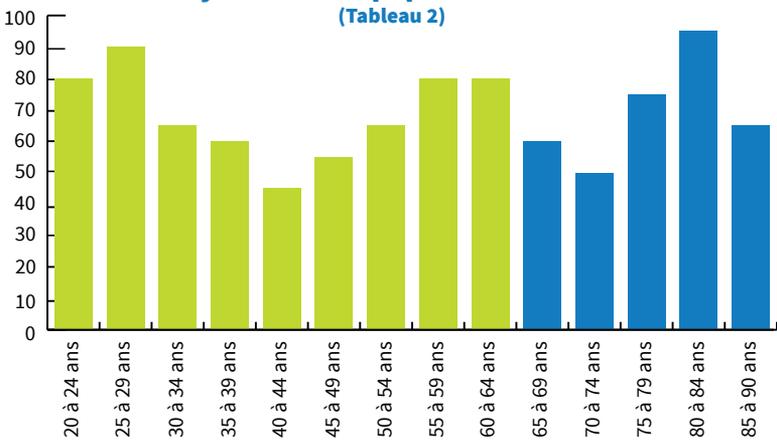
Population en 2021

(Tableau 1)



Projection de la population en 2041

(Tableau 2)



Les principes liés au vieillissement actif

Le concept de vieillissement actif préconisé par l'OMS et le gouvernement du Québec repose sur les trois piliers suivants : la participation, la santé et la sécurité.

Participation

Pour vieillir en restant actif, les aînés doivent entre autres continuer de contribuer dans toutes les sphères de la vie, qu'elles soient familiales, sociales, culturelles, économiques ou spirituelles. L'âge ne doit pas être une barrière pour contribuer.



Santé

Les aînés vivent plus longtemps, alors il est important de favoriser leur autonomie et leur bonne santé en les aidant à demeurer actifs plus longtemps. Cela aura pour but non seulement de diminuer les recours aux soins de santé mais aussi de les maintenir heureux plus longtemps.



Sécurité

La sécurité sous toute ses formes est déterminante pour les aînés qui sont plus vulnérables. Par sécurité, on entend d'adapter les divers environnements aux aînés et de mettre en place des mesures pour prévenir la maltraitance, pour soutenir les proches aidants et pour faciliter l'accès aux services.



Les champs d'action

Afin de contribuer au vieillissement actif, le plan d'action de la municipalité de Saint-Benjamin interviendra dans les neuf champs d'actions suivants :

- 1 Espaces extérieurs et bâtiments
- 2 Habitat et milieu de vie
- 3 Transport et mobilité
- 4 Participation sociale
- 5 Loisirs
- 6 Respect et inclusion sociale
- 7 Communication et information
- 8 Santé et services sociaux
- 9 Sécurité

Plan d'action

Voici le plan d'action établi selon les champs d'actions mentionnés ci-haut.

| Espaces extérieurs et bâtiments | | | | | |
|---|--|------------|------|------|------|
| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Rendre les bâtiments municipaux accessibles aux personnes à mobilité réduite (bureau municipal, salle de l'âge d'or, bibliothèque, grande salle municipale) | Évaluer les possibilités de rendre le 2 ^e étage du bâtiment municipal accessible | | | | ✓ |
| | Voir les possibilités de rendre la rampe d'accès du rez-de-chaussée du bâtiment municipal plus sécuritaire | | | | ✓ |

Habitat et milieux de vie

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|---|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Promouvoir la construction de logements pour aînés autonomes auprès de promoteurs | Étudier la possibilité d'offrir un programme d'attraction pour les promoteurs de logements pour aînés autonomes. | | | ✓ | |
| | Donner suite aux solutions retenues dans l'étude du rapport visant la construction de logements pour aînés autonomes. | | | ✓ | |

Transport et mobilité

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Diffuser les services de transports offerts aux aînés pour les rendez-vous médicaux et les déplacements fixes vers le Carrefour St-Georges | Informar les aînés de façon régulière des services de transport collectif offerts par Transport Autonomie Beauce-Etchemins. | ✓ | | | |
| Favoriser le bénévolat local pour les transports | Élaborer une liste de bénévoles locaux pour le transport des aînés possédant une voiture. | | ✓ | | |



Participation sociale

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Favoriser le bénévolat local pour les activités | Inviter les aînés à participer de façon bénévole à l'organisation d'activités multigénérationnelles. | | ✓ | | |
| Encourager la transmission des connaissances intergénérationnelles | Dresser la liste des subventions offertes pour l'organisation d'activités intergénérationnelles (ex. Fermières qui donnent des cours aux jeunes). | | ✓ | | |
| | Participer à l'organisation de rencontres entre jeunes/aînés pour aider les aînés dans différentes sphères (par exemple avec les ordinateurs). | | ✓ | | |

Loisirs

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Encourager les aînés à socialiser et demeurer actifs dans leur communauté. | Investir dans d'autres types de jeux pour l'extérieur. | | ✓ | | |
| | Organiser des activités dirigées vers les aînés, tels que cours de yoga, cours workouts en plein air adaptés aux aînés. | | ✓ | | |

Loisirs (suite)

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Encourager les aînés à socialiser et demeurer actifs dans leur communauté. (suite) | Faire des soirées cinéma à la grande salle municipale. | | ✓ | | |
| | Organiser un café-rencontre pour les aînés à l'extérieur de la salle de l'Âge d'Or. | | | ✓ | |
| | Organiser 2 soirées dansantes par année pour les aînés. | | | ✓ | |
| Encourager les aînés à sortir à l'extérieur pour socialiser et demeurer actifs physiquement. | Faire l'achat d'un grand gazebo permanent à l'aide d'une subvention PRIMA pour y regrouper les aînés et la population pendant l'été. | | | | ✓ |
| | Organiser sous le « futur » gazebo, des vendredis soir avec chansonnier pendant l'été. | | | | ✓ |
| | Aménager un sentier de marche avec bancs de repos pour les aînés derrière l'édifice municipal afin qu'ils aient un endroit calme et sécuritaire pour la marche. | | | | ✓ |



Loisirs (suite)

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|--|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Encourager les aînés à sortir à l'extérieur pour socialiser et demeurer actifs physiquement. (suite) | Entretien d'une piste de ski de fond et/ou de raquette l'hiver (avec l'accord du propriétaire du terrain). | | ✓ | | |
| Consacrer un budget pour le bien-être des aînés. | Planifier un budget « loisirs » seulement pour les aînés, un peu comme celui des familles. | | ✓ | | |

Respect et inclusion sociale

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|---|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Favoriser l'inclusion sociale lors d'activités | Organiser des activités qui rejoindront toutes les générations, pas seulement les familles et les jeunes, lors de la fête de la famille ou du tournoi de balle de la fête du travail, ou d'une soirée patinage multigénérationnelle en hiver. | | ✓ | | |



Communication et information

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|--|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Diffuser les services offerts aux aînés | Concevoir un bottin pour les services offerts aux aînés dans la région, incluant les commerces qui livrent. | | ✓ | | |
| | Ajouter une section pour aînés seulement dans le bottin municipal et y inscrire toutes les annonces adressées aux aînés. Privilégier un caractère d'écriture plus gros, mieux adapté pour les aînés. | ✓ | | | |
| Améliorer la qualité du bulletin municipal | Utiliser une police plus grosse pour écrire le bulletin municipal. | ✓ | | | |
| | Mettre plus de contenu et moins d'annonces dans le bulletin municipal. | ✓ | | | |
| | Demander la participation des aînés afin de trouver des sujets ou articles pour le bulletin municipal. | ✓ | | | |
| Améliorer l'accès aux technologies de l'information | Afficher le mot de passe « invité » du WiFi à la salle de l'Âge d'Or. | ✓ | | | |
| Diffuser la ligne d'aide abus et maltraitance pour les aînés | Ajouter le numéro de la ligne d'aide abus aînés à la fin du bulletin municipal. | ✓ | | | |



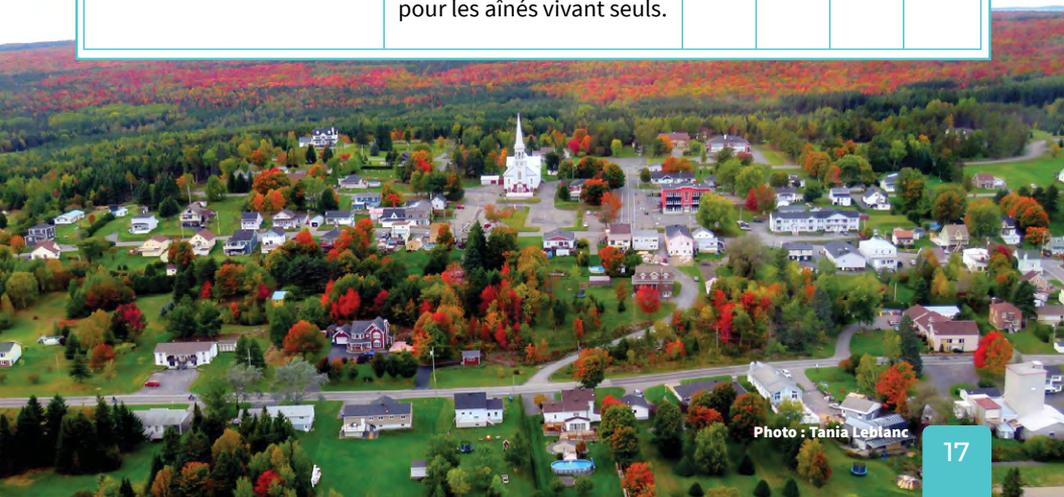
Santé et services sociaux

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|--|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Diffuser les ressources pour les proches aidants | Répertorier les ressources pour proches aidants dans une édition spéciale du bulletin municipal. | | ✓ | | |
| Faire connaître les services d'entretien ménager à faible coût | Publier dans une édition spéciale du bulletin municipal les services d'entretien ménager à faible coût offerts par la Coopérative des Etchemins. | | ✓ | | |
| Faire connaître les services de popote roulante | Publier dans une édition spéciale du bulletin municipal les services de popote roulante offerts par Nouvel Essor. | | ✓ | | |
| Faire connaître les services d'aide aux impôts | Publier dans une édition spéciale du bulletin municipal les services d'aide aux impôts offerts par Nouvel Essor. | | ✓ | | |



Sécurité

| Objectifs | Actions | Échéancier | | | |
|--|--|------------|------|------|------|
| | | 2023 | 2024 | 2025 | 2026 |
| Rendre la marche plus sécuritaire | Ébrancher les arbres des Arrêts-stop des deux extrémités de la rue Principale en bas des deux grandes côtes. | ✓ | | | |
| Responsabiliser les propriétaires de chiens à maintenir leurs animaux en laisse à l'extérieur. | Rappeler de façon régulière à la population à travers le bulletin municipal que les animaux doivent être en laisse. | ✓ | | | |
| | Informers les aînés à travers le bulletin municipal ou à travers des communications pour l'Âge d'Or qu'ils doivent contacter l'Escouade Canine s'ils voient des chiens en liberté. | ✓ | | | |
| Sensibiliser la population au respect des limites de vitesse | Inviter la population au respect des limites de vitesse par des articles de sensibilisation dans le bulletin municipal. | ✓ | | | |
| Favoriser la sécurité des aînés autonomes à la maison | Contacters la représentante du *Programme Pair pour la possibilité d'offrir les appels de prévention pour les aînés vivant seuls. | ✓ | | | |



Suivi du plan d'action

La mise en place du plan d'action fera l'objet d'un suivi annuel par le comité de suivi MADA. Ce comité se réunira une fois par année pour évaluer les actions qui ont été faites au cours de l'année et pour donner ses recommandations au Conseil municipal s'il y a lieu. Les membres du présent comité, soit Ruth Boulet, Brigitte Caron, Nancy Mathieu et Cindy Turcotte, ont tous accepté de prendre en charge le suivi du plan d'action.



Conclusion

Suite à la démarche Municipalité amie des aînés (MADA), le comité espère que les actions qui seront mises en place au cours des quatre prochaines années favoriseront le vieillissement actif des aînés de la communauté en comblant leurs besoins de participation sociale, de santé et de sécurité. Le désir le plus cher du comité reste de favoriser l'inclusion des aînés dans toutes les sphères de la vie communautaire.

Remerciements

Merci à tous ceux qui ont contribué au projet et un grand merci à Mme Denise Chayer, coordonnatrice Espace Muni pour son accompagnement et sa disponibilité tout au long du projet.

Enfin, je veux offrir un merci tout particulier aux membres du comité : Ruth Boulet, présidente du comité de l'Âge D'Or, Brigitte Caron, citoyenne impliquée et Nancy Mathieu, conseillère responsable des familles et aînés.

Au plaisir de contribuer
au bien-être de nos aînés!

*Cindy Turcotte,
Chargée de projet MADA*





Municipalité de Saint-Benjamin
440, avenue du Collège, C.P. 100
Saint-Benjamin (Québec) G0M 1N0
Téléphone : 418 594-8156
Courriel : munstbenjamin@aclcable.ca

Ce document est aussi disponible sur le site Internet :
www.st-benjamin.qc.ca