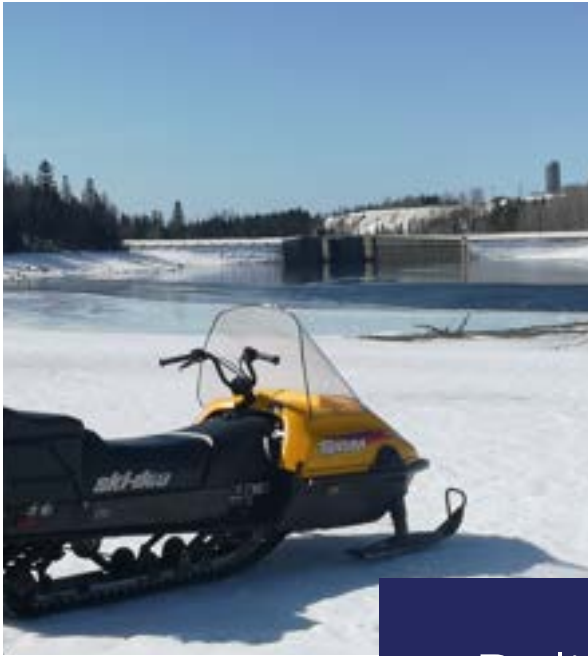


# EN PLEIN AIR DU TEMPS



Politique  
FAMILIALE  
ET AMIE  
DES AÎNÉS  
2024 - 2027



# MOT DU MAIRE



Jean-François Roy,  
maire

En tant que maire de la Municipalité, je suis très heureux de vous présenter notre Politique familiale et amie des aînés. Les membres du Conseil et moi-même croyons fermement que tous les citoyens ont un rôle important à jouer dans notre communauté et nous sommes déterminés à créer un environnement agréable et stimulant au sein duquel les familles et les aînés pourront s'épanouir.

L'objectif de cette Politique est de nous permettre de mieux harmoniser les actions de la Municipalité en lien avec les attentes des praxèdoises et des praxèdois.

Nous tenons à remercier les membres du comité, les organismes ainsi que les partenaires qui ont participé à cette importante démarche. Celle-ci favorisera l'épanouissement des membres notre communauté et assurera le développement durable de notre milieu de vie pour les générations présentes et futures.



Jacqueline Demers,  
conseillère municipale et élue RQA

En tant qu'élue municipale, j'ai accepté d'être responsable des questions des aînés et du programme MADA (Municipalité amie des aînés).

La Politique familiale et amie des aînés est le résultat de plusieurs rencontres ainsi que de la vaste réflexion des membres du comité qui, depuis plusieurs mois, analysent les informations et les commentaires recueillis. Nous avons identifié les besoins et les attentes de nos aînés afin de bien les intégrer à notre plan d'action.

Notre Municipalité constitue un milieu de vie axé sur la nature et nous espérons encourager le vieillissement actif et la participation sociale. Nous voulons d'ailleurs prêter une attention particulière aux aînés en adoptant des orientations qui assureront leur épanouissement. Je remercie donc tous les autres membres du comité pour leur excellent travail ainsi que pour le temps et l'énergie qu'ils ont investis dans le but d'accroître le bien-être des citoyens de la Municipalité.



Véronique Jacques,  
conseillère municipale et élue RQF

Étant mère de deux adorables enfants, la Politique familiale et amie des aînés est un thème qui me parle beaucoup. La famille a toujours été importante pour moi, et ce, bien avant de plonger tête première dans la parentalité.

Une famille, qu'elle soit composée d'un seul ou plusieurs enfants, se doit d'être unie dans ses forces comme dans ses faiblesses. L'amour inconditionnel qui y règne intensifie les liens de ses membres et assure un développement optimal des enfants.

Même si les enfants ont quitté le foyer familial, les parents demeurent une ressource importante pour ceux-ci. Voilà pourquoi il est primordial que chacun évolue dans un milieu sain, respectueux et actif.

En tant qu'élue municipale au sein du comité famille et aînés, il me fait plaisir de représenter les familles et d'encourager la population de Sainte-Praxède à s'investir dans son milieu. Ensemble, nous serons plus forts.

# COMITÉ FAMILLE ET ÂNÉS

Un comité, sous la direction des élues municipales responsables des questions familles et aînés, a été mandaté pour réaliser le projet. Composé de citoyens engagés et impliquant la participation de la directrice générale de la Municipalité, le comité fut accompagné par la coordonnatrice MA-DA-PFM et la conseillère en développement de la MRC des Appalaches. De plus, les agentes du CISSS-Chaudière-Appalaches et un représentant de l'organisme Espace Muni ont aussi apporté leur soutien aux membres du comité.

## COMITÉ DE TRAVAIL :

De gauche à droite:

Karine Soares, directrice générale, représentante administrative

Véronique Jacques, conseillère municipale, représentante des questions familles

Jacqueline Demers, conseillère municipale, représentante des questions des aînés

Danielle Daguerre, citoyenne et représentante des familles

Suzanne Bissonnette, citoyenne et représentante des aînés



## LE MANDAT DU COMITÉ

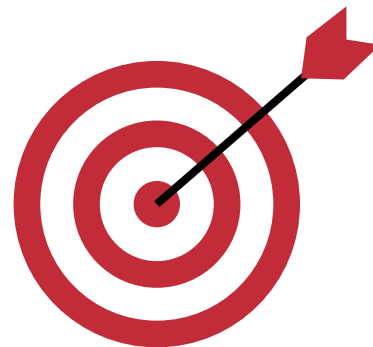
Le comité a du élaborer le projet de Politique familiale et amie des aînés de la Municipalité de Sainte-Praxède, en considérant les besoins des citoyens et les ressources du milieu. Pour y arriver, les membres du comité ont effectué les actions suivantes :

- Dresser le portrait statistique de la population et l'inventaire des ressources disponibles;
- Consulter les familles et les aînés pour connaître leurs besoins;
- Analyser les résultats des consultations;
- Élaborer la Politique municipale familles et amie des aînés ainsi que son plan d'action







Le comité assurera d'ailleurs le suivi du plan d'action de concert avec le conseil municipal.

# LES OBJECTIFS DE LA **Politique**

Un des enjeux majeurs de ce mandat fut de favoriser l'épanouissement des citoyens et d'offrir un milieu de vie attrayant pour tous en particulier pour les familles et les individus nouvellement installés. La Politique familiale et amie des aînés permettra donc de mieux structurer les actions, les mesures et les interventions municipales. Le plan d'action qui y est associé propose d'ailleurs la planification d'une gamme d'activités et de services mieux adaptés aux besoins et aux attentes de nos citoyens actuels et futurs.



L'objectif du comité fut de fournir, grâce à la Politique familiale et amie des aînés un levier facilitant la prise de décisions des élus afin mieux définir les différentes orientations municipales sur des enjeux ayant un impact sur la qualité de vie de nos citoyens. Fondée sur la volonté de la Municipalité de mettre en place un environnement favorable à l'amélioration de la qualité de vie des familles et des aînés, la Politique poursuit les objectifs généraux suivants:

-  **Intégrer les objectifs et les valeurs du plan d'action dans l'organisation municipale;**
-  **Assurer un cadre de vie propice à l'épanouissement et à la participation des familles et aînés;**
-  **Encourager les aînés à demeurer dans la communauté le plus longtemps possible en favorisant une vie saine et active;**
-  **Assurer l'accessibilité aux services municipaux en matière de loisirs, de culture, de sécurité, d'inclusion et de participation sociale;**
-  **Promouvoir le bénévolat et reconnaître l'implication des citoyens dans et pour la communauté;**
-  **Dynamiser notre municipalité dans la créativité et le plaisir.**



# NOTRE HISTOIRE

Le territoire de la Municipalité de Sainte-Praxède est issu du découpage d'une partie des Municipalités de Lambton, Stratford et de Paroisse de Disraeli. La paroisse catholique de Sainte-Praxède fut érigée en 1940 tandis que le premier conseil municipal a été élu en 1944.

Le développement de la région, principalement attribuable à la présence des compagnies forestières, a permis aux colons de s'installer sur un lot octroyé par la Couronne. Ces défricheurs devinrent donc bûcherons par nécessité, afin de subvenir aux besoins de leurs familles. Le transport de bois par flottage, «la drave», a également offert aux plus téméraires, la chance d'obtenir un revenu supplémentaire. Ces colons, débrouillards, patenteux et imaginatifs, réussirent à vivre en autosuffisance sur ce territoire rural qui allait devenir la Municipalité de Sainte-Praxède. Au fil des années, de plus en plus de familles s'établirent donc dans la région.

Vers 1955, lorsque les activités liées au flottage du bois ont cessé, une nouvelle vocation résidentielle a vu le jour à Sainte-Praxède. En effet, certains producteurs agricoles ont mis en vente des terrains situés sur les rives du Grand lac Saint-François ce qui a permis le développement de la villégiature. Les chalets alors construits étaient principalement occupés durant la saison estivale. Au fil du temps cependant, les propriétés riveraines sont devenues majoritairement occupées à l'année par les résidents.

Sainte-Praxède compte actuellement 351 résidents permanents auxquels s'ajoutent environ 380 saisonniers. Bien que la population de la Municipalité soit répartie dans des milieux ruraux et riverains, l'harmonie y règne comme en témoigne les nombreuses activités rassembleuses ayant lieu annuellement. Par ailleurs, la proximité des Municipalités de Lambton et de Disraeli permet aux gens d'ici d'avoir aisément accès à tous les services.

C'est dans le cœur villageois de Sainte-Praxède que se concentrent les principales infrastructures municipales. On retrouve dans l'ancienne église entièrement rénovée, les bureaux municipaux, les deux salles communautaires qui permettent la tenue de diverses activités et événements ainsi que la bibliothèque Jeanne-D'Arc Ruël. Sur le terrain adjacent, la Municipalité a aménagé un terrain de tennis, un parc avec modules de jeux pour enfants, des balançoires, un gazébo et des tables à pique-nique, ainsi qu'un petit sentier pédestre .

La présence d'un Comité des Loisirs dynamique, composé de citoyens impliqués, collabore avec la Municipalité dans tout ce qui touche les activités culturelles et de loisirs comme par exemple : le Noël des enfants, la Fête des voisins, le méchoui annuel et l'exposition d'artisans « Les trésors de chez nous ». De plus, les dévoués bénévoles du comité de gestion de la bibliothèque Jeanne-D'Arc Ruël organisent diverses activités mensuelles, comme les soirées ludiques et « L'heure du conte ». Cette excellente participation citoyenne assure la tenue de plusieurs activités qui facilitent la création de liens durables entre tous.

Les membres du conseil municipal sont très soucieux de répondre aux besoins des praxèdoises et praxèdois. En plus de soutenir et encourager l'implication des bénévoles, la Municipalité de Sainte-Praxède collabore avec les municipalités environnantes afin de favoriser l'accès des citoyens aux infrastructures de sports et de loisirs organisés (aréna, piscine, terrains sportifs, chorale, etc.). De même, la Municipalité a contribué, de concert avec la Ville de Disraeli et la Municipalité de Paroisse de Disraeli, au développement du sentier du Vieux Barrage sur les rives de la rivière St-François, un lieu accessible pour tous et qui offre un magnifique cadre pour la randonnée pédestre et la pratique de la raquette.

# PORTRAIT STATISTIQUE

La population de Sainte-Praxède est plutôt vieillissante avec une moyenne d'âge de 47,7 ans. Malgré cela, le groupe des 65 ans et plus représente seulement 23,9 % de la population, comparativement à 33% pour la MRC des Appalaches. Le plus grand groupe d'âge, soit les 50 à 64 ans, représente 43,7 % de la population. Par ailleurs, la proportion d'hommes est plus élevée, autant chez la population en général que chez les 65 ans et plus.

La Municipalité a toutefois connu un taux d'accroissement de sa population de plus de 7,3 % entre 2016 et 2021. Le taux de mobilité est faible à 6.7 %.

Le recensement de 2021 indique que 54 % de la population est saisonnière, mais on constate que de plus en plus de jeunes familles et de retraités s'installent de façon permanente à Sainte-Praxède. On dénombre en effet la délivrance de plus de 250 permis de rénovation ou de construction au cours des 2 dernières années.

La population est toutefois majoritairement composée de personnes seules et de couples sans enfants (22,6%). En 2021, sur les 155 ménages recensés, on dénombrait 120 familles de 2 personnes.

La communauté de Sainte-Praxède est plutôt défavorisée matériellement, avec taux d'inoccupation à l'emploi élevé de 42,5% et un niveau de scolarité plus bas que dans l'ensemble de la MRC des Appalaches. Par ailleurs, le seuil de faible revenu chez le 65 ans est de 23,8%.

La Municipalité de Sainte-Praxède devra donc compter sur ses forces sociales et son environnement exceptionnel pour maintenir, attirer et accroître sa population. Son milieu de vie, offrant une qualité de vie remarquable, en pleine nature, constitue un avantage non négligeable pour les individus et les familles qui souhaitent s'établir au sein d'une communauté dynamique et inclusive tout en étant à proximité des services et des centres urbains.

## INDICE DE VIEILLISSEMENT

### Sainte-Praxède 2021



65 ans et plus - **23,9 %**



40 à 64 ans - **43,56 %**



0 à 39 ans - **40,83 %**

=

**351**

## ÂGE MÉDIAN



**47,7 ans**



## DÉFINITION FAMILLE

Une famille n'est pas toujours un terme aisé à définir. Les formes familiales sont nombreuses et sont directement liées aux valeurs culturelles.

La famille constitue la base de la société, au-delà même des liens biologiques et est constituée de personnes de tous âges, unies par des liens affectifs ou intergénérationnels.

À l'intérieur de cette cellule se transmettent des valeurs et des principes qui favorisent un soutien mutuel dans un milieu de vie.

La famille constitue donc une valeur essentielle dans le cadre de la Politique.



## DÉFINITION ÂÎNÉS

Il n'existe pas de définition unique et reconnue du terme «aîné» et l'âge chronologique n'est pas toujours un bon indicateur des changements liés au vieillissement.

Dans la présente Politique, les aînés sont des personnes qui ont atteint un certain niveau de sagesse, de vécu et d'expérience. Ils contribuent à l'enrichissement de leur communauté par leur implication, la transmission de leurs connaissances et valeurs aux futures générations. Leurs besoins varient selon leur situation, leur état et leurs intérêts.

Dans le souci d'être plus inclusif, la Politique s'adresse donc aux personnes de 60 ans et plus.



# VALEURS

## Les valeurs qui soutiennent la Politique familiale et amie des aînés et le plan d'action :

### L'épanouissement et le respect

L'objectif de la Politique familiale et amie des aînés est d'offrir à toutes les familles et à tous les aînés une communauté dynamique et inclusive qui favorise l'épanouissement individuel et collectif, tout en étant accessible à tous.

## Les valeurs qui soutiennent la Politique familiale et amie des aînés

### Le respect

Le respect implique un environnement sécuritaire et inclusif qui permet à chaque membre de la communauté de se sentir valorisé et soutenu. Il nécessite l'écoute attentive des préoccupations et des besoins de membres de la famille.

### L'inclusion

L'inclusion implique la présence d'une communauté accueillante et accessible pour tous ses membres. Elle permet aux citoyens de participer pleinement à la vie de leur communauté, peu importe leurs origines, leurs capacités ou leurs différences individuelles.

### L'implication

La participation et la collaboration des citoyens dans la création de projets de développement permettent de s'assurer que les besoins, les préoccupations et les perspectives des membres de la communauté soient pris en compte.

### L'éco-responsabilité

La préservation de l'environnement est essentiel pour le bien-être des familles actuelles et futures. L'éco-responsabilité implique le développement d'une vision communautaire permettant de minimiser l'empreinte environnementale tout en favorisant des pratiques respectueuses au quotidien.

### Lien intergénérationnel

La solidarité et l'interaction entre les différentes générations sont essentiels dans une communauté vivante et résiliente. Ces liens favorisent également l'inclusion sociale, le bien-être et l'engagement des aînés dans la vie communautaire.

## Les valeurs qui soutiennent les actions et les projets dans le cadre de la Politique:

### Le plaisir

Les moments de plaisir et de joie partagés sont essentiels à la santé mentale et physique des aînés et des familles.

### La créativité

Permet de sortir des sentiers battus afin de développer et de mettre en place des projets originaux qui répondent aux besoins des citoyens tout en favorisant leur participation active.

### La communication

La réussite d'un projet découle de l'entraide et de la communication entre les instigateurs et la population.

### Le développement durable

En tenant compte de nos valeurs d'éco-responsabilité, il est important que les projets soient en harmonie avec l'environnement naturel de notre territoire. La pérennité des infrastructures fait partie intégrante du développement durable.

# PRINCIPES DIRECTEURS

Les principes directeurs sont les énoncés généraux et les valeurs de base sur lesquels s'appuient la Politique familiale et amie des aînés de la Municipalité de Sainte-Praxède.

Ces principes touchent l'ensemble des activités de la Municipalité soit :

- Habitat, milieu de vie
- Espaces extérieurs et bâtiments
- Sécurité
- Santé et services sociaux
- Transport et mobilité
- Loisirs et participation sociale
- Communication et information
- Respect et inclusion sociale

## AXES D'INTERVENTION

**AXE 1** ENVIRONNEMENT ET MISE EN VALEUR DU MILIEU

**AXE 2** VIE COMMUNAUTAIRE ET PARTICIPATION CITOYENNE

**AXE 3** INFORMATION ET COMMUNICATION

Outre ces principaux axes d'intervention, le niveau d'accès aux services de santé et services sociaux, de même que la sécurité des citoyens de la Municipalité sont au coeur des préoccupations.

# CONSULTATIONS PUBLIQUES

Le comité famille et aînés a consulté les citoyens de la Municipalité afin de connaître leurs besoins et prendre note de leurs commentaires en matière d'interventions municipales à considérer dans les 9 champs d'action de la Politique familiale et amie des aînés. Sous forme de sondage, cette consultation publique a été diffusée par le billet du journal communautaire (Le Messenger), sur le site web et sur la page Facebook de la Municipalité.

Les résultats ont été très utiles pour établir le diagnostic de la communauté et élaborer une Politique familiale et amie des aînés de même qu'un plan d'action qui collent à la réalité de la communauté de Sainte-Praxède. Une autre consultation assortie d'un sondage effectué par les membres Comité des Loisirs a aussi permis d'aller chercher des données complémentaires en août 2022.

Nos sincères remerciements aux citoyens qui ont bien voulu s'exprimer.

## EN BREF

---

### Les avantages de vivre à Sainte-Praxède :

La tranquillité, la proximité de la nature et des espaces sains se sont révélés être des éléments forts, tant pour les aînés que pour les familles.

### Obstacles :

Pour nos aînés, les déplacements, l'isolement et l'accès à l'information sont visiblement des obstacles à leur qualité de vie. Pour nos familles, la sécurité routière et l'éloignement constituent aussi de tels obstacles.

### Suggestions pour contrer les obstacles :

Des suggestions ont été soumises par les citoyens. À ce sujet, soulignons l'idée de covoiturage pour divers déplacements, la planification de voyages organisés et la création d'un comité des aînés pour s'informer leurs besoins spécifiques.

Pour les familles, il a été suggéré de créer un comité Jeunesse/Ado, de cibler la sécurité routière dans le plan d'action et de former un groupe de parents pour assurer le transport des enfants.

# PLAN D'ACTION

À la suite des réponses aux différentes consultations, les membres du comité ont utilisé un outil de synthèse afin de mieux comprendre les besoins des aînés et des familles. Toutes les suggestions ont été analysées. Les membres du comité ont par la suite identifié l'objectif des diverses suggestions et leur faisabilité en fonction des ressources humaines, matérielles, financières et organisationnelles disponibles. Un échéancier de 3 années a été fixé pour réaliser les objectifs de la Politique.

La plupart des suggestions des citoyens se retrouvent dans le Plan d'action associé à la Politique 2024-2027. Il se retrouve sous forme de tableau, à la fin du présent document.

## MISE EN OEUVRE ET SUIVI

Il est prévu que le comité famille et aînés se rencontre annuellement afin de superviser la mise en œuvre du plan d'action, en faire l'évaluation et proposer des ajustements. Dans un souci de poursuivre la démarche et de pérennité de la Politique, les membres du comité s'engagent de plus à assurer une relève au sein du comité.

# REMERCIEMENTS

La Municipalité de Sainte-Praxède désire remercier le ministère de la Famille et le Secrétariat aux aînés du Québec pour leur contribution financière ayant rendu possible la réalisation de la Politique familiale et amie des aînés.

De même, nous désirons remercier nos partenaires pour leur soutien et leur accompagnement dans le cadre de l'élaboration de cette Politique.

## **MRC des Appalaches:**

Heidi Bédard, chargée de projet «Signature Plein air»

Marie-Claude Caouette, chargée de projet, responsable des politiques familles et aînés

Renée Vachon, aménagiste

Valérie Nolin et Line Potvin, adjointes administratives

## **CISSS de la Chaudière-Appalaches**

Jézabel Amesse et Caroline Cloutier, agentes de promotions des saines habitudes de vie

Marie-Christine Lambert, organisatrice communautaire

## **Espace Muni**

Martin Mailhot, accompagnement technique

Merci aux membres du comité familles et aînés pour leur engagement bénévole, leur présence et leur disponibilité tout au long du processus d'élaboration de la Politique.

Enfin, nos plus sincères remerciements aux familles, aux aînés ainsi qu'à toutes les praxèdoises et les praxèdois qui ont donné de leur temps afin de faire part de leurs commentaires constructifs, leur vision d'avenir et leurs suggestions éclairées.