



Municipalité
amie des aînés



***VIEILLIR ET VIVRE ENSEMBLE
CHEZ SOI,
DANS NOTRE COMMUNAUTÉ,
À LAVERLOCHÈRE***

MOT DU MAIRE

Chers citoyens, citoyennes,

C'est avec fierté que le conseil municipal vous présente la démarche « municipalité amie des aînés ». Après plusieurs mois de travail assidu, le comité mandaté pour la réalisation d'une politique des aînés, a fièrement remis au conseil municipal la politique et le plan d'action «municipalité amie des aînés» devant être adoptés par le conseil.

Les aînés possèdent des expériences de vie et des connaissances indispensables aux générations futures. Ils ont droit au respect et à tous les autres avantages qu'offre le vécu en société. Ils sont des acteurs importants dans une municipalité, tant au niveau social, qu'au niveau économique.

La municipalité veut contrer l'exode des aînés, en améliorant son milieu de vie pour mieux répondre aux besoins des aînés. Elle veut les inclure dans la vie sociale de la communauté en favorisant et promouvant un vieillissement actif.

L'engagement de la municipalité à l'égard des aînés portera sur 7 grands axes d'intervention.

Je tiens à remercier le comité responsable et toutes les personnes qui ont contribué à l'implantation de la démarche MADA.

Daniel Barrette

DIAGNOSTIC DU MILIEU

À l'heure actuelle, la province de Québec est touchée par le vieillissement de la population. En effet, les régions périphériques telles que le Témiscamingue sont également affectées par ce changement démographique.

Selon les données 2015 obtenues auprès de l'Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, la population du Témiscamingue est de 16 032 habitants. Les personnes âgées de 60 ans et plus sont au nombre de 4 374 et représentent 27,3 % de la population.

Cette réalité est similaire pour la municipalité de Laverlochère située au Témiscamingue. Laverlochère compte 695 habitants répartis sur une grande superficie de 105,5 km². La densité de la population au km² est de 6,58. Les aînés âgés de 60 ans et plus sont au nombre de 165, soit 23,7% de la population.

Le vieillissement de la population représente des défis, mais également de belles occasions de privilégier une participation accrue des personnes âgées pour le plus grand bénéfice de tous. C'est pourquoi, la municipalité de Laverlochère se dote d'une « politique municipalité amie des aînés ».

DÉMARCHE « MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS »

Pour effectuer la démarche MADA, un sondage a été réalisé auprès des aînés permettant ainsi de mieux connaître leurs besoins et leurs préoccupations. Un inventaire des services offerts a été dressé, ainsi que la liste de tous les commerces et organismes oeuvrant dans la municipalité.

Fort de ces constats, le comité a élaboré des orientations, des objectifs et des actions à mener dans la communauté. Il a ainsi procédé à la rédaction de la politique des aînés et du plan d'action, qui permettra de répondre aux besoins spécifiques des aînés et de mieux contribuer à assurer leur sécurité.

MISSION

Assurer un milieu de vie favorable au développement des aînés et contribuer à l'amélioration de la qualité des services offerts en faveur des aînés.

DÉFINITION D'UNE PERSONNE AÎNÉE

C'est une personne ayant de l'expérience à partager de son vécu et du savoir de ses ancêtres, tout en continuant à mener une vie active.

*Marie-Laure Melançon,
doyenne de Laverlochère*



- C'est l'âge de la retraite,
- C'est l'âge de la sagesse,
- C'est l'âge d'une liberté d'action,
- C'est l'âge où l'on prend soin de soi,
- C'est l'âge où l'on continue à apprendre,
- C'est l'âge où de nouvelles perspectives s'ouvrent,
- C'est l'âge d'avoir la satisfaction de vivre le présent,
- C'est l'âge où les responsabilités familiales sont en diminution,
- C'est l'âge d'être grands-parents et de jouer un rôle actif auprès de nos petits-enfants
- C'est l'âge où l'on partage notre expertise, nos connaissances et nos expériences de vie,
- C'est l'âge où une personne choisit de partager son temps et ses capacités dans l'entraide.

C'est vivre en profitant encore plus de son temps et en faisant des choix importants pour soi.

LE PLAN D'ACTION 2017 • 2018 • 2019

AXE D'INTERVENTION

HABITATION ET ENVIRONNEMENT

Les aînés veulent éviter le déracinement et vivre encore plusieurs années dans leur paroisse.

OBJECTIFS

Permettre à nos aînés de vivre le plus longtemps possible dans leur milieu de vie actuel tout en leur offrant un milieu de vie accueillant

Favoriser l'aménagement d'espaces verts, de sentiers pédestres

ACTIONS

- Mettre sur pied un programme visant à conseiller les gens désireux d'aménager ou de réaménager leur demeure en maison intergénérationnelle afin d'assurer une meilleure qualité de vie aux aînés
- Maintenir le taux de taxes le plus bas possible et le paiement en 5 versements
- Poursuivre le projet de résidence pour les aînés, lorsque des mesures facilitant la construction de résidences pour les aînés seront mises en place par le gouvernement
- Aménager davantage d'aires de repos (bancs, abris soleil)
- Encourager les citoyens à prendre part à des campagnes d'embellissement et de reboisement (planter des arbres, échanger des plantes)
- Se faire connaître comme une municipalité « verte » et en faire la promotion
- Récupérer les arbres de Noël
- Procéder sur une base continue à l'entretien du parc LA MARMAILLE
- Aménager l'entrée ouest du village



AXE D'INTERVENTION TRANSPORT

De manière générale, les aînés ont leur propre voiture, peu importe la catégorie d'âge. Cela démontre également qu'ils sont autonomes. Environ 8% ne possèdent pas de voiture et ils utilisent leurs connaissances pour effectuer leur déplacement.

OBJECTIFS

Faciliter le déplacement des aînés pour leur permettre de faire leurs achats ou de se rendre à un rendez-vous

ACTIONS

- Mettre en place un système de transport pour les activités des aînés à l'intérieur et à l'extérieur de la municipalité
- Disposer d'une liste des chauffeurs et personnes intéressées par un service de covoiturage
- Inviter les citoyens, par le biais du journal municipal, à signaler leur offre ou demande de service de transport
- Faire la promotion du service de transport collectif et adapté du territoire de la MRC



AXE D'INTERVENTION LOISIRS ET CULTURE

Les aînés sont actifs à Laverlochère, plusieurs font de l'activité physique. Les aînés souhaiteraient la mise sur pied de diverses activités sociales, sportives et culturelles.

OBJECTIFS

Développer des incitatifs ou une stratégie de marketing afin d'assurer une participation maximale des aînés en terme d'activités sociales, sportives, de loisir et culturelles

ACTIONS

- Organiser des activités intergénérationnelles (cours familiaux, activités culturelles et sportives, journée parrainage enfant/aîné, activités grands-parents/enfant) et les inclure dans la programmation loisir
- Organiser des activités sportives et sociales pour les aînés (pétanque, jeu de fer, jeu de «washers»)
- Prévoir l'animation par le technicien en loisirs, d'une activité physique par mois avec les aînés
- Établir un horaire avec le comité du Centre énergie santé et recruter un accompagnateur pour les aînés
- Offrir et publiciser des cours de développement personnel : internet, facebook, IPAD, photos, vidéos, livre numérique, danse
- Faire la promotion des infrastructures municipales sportives auprès de la population
- Faire la promotion de l'importance et les bienfaits de l'activité physique et sociale



AXE D'INTERVENTION ENGAGEMENT SOCIAL ET CITOYEN

Le bénévolat occupe une place importante chez les aînés

OBJECTIFS

Promouvoir une image positive des aînés et reconnaître leur contribution au développement de la communauté

ACTIONS

- Faire une campagne de sensibilisation pour favoriser le respect et l'inclusion des personnes âgées, et des générations
- Informer et sensibiliser la population au sujet de la maltraitance des aînés et développer les différents aspects de la maltraitance
- Dresser une liste des aînés intéressés à faire du bénévolat et une liste des jeunes intéressés à rendre service
- Faire la promotion des bienfaits du bénévolat
- Étudier la possibilité de mettre sur pied « l'Accorderie » (échanger et coopérer)
- Implanter un projet pilote de parrainage pour les aînés



AXE D'INTERVENTION SÉCURITÉ ET ORGANISATION MUNICIPALE

Les aînés souhaitent un milieu de vie sécuritaire.

OBJECTIFS

Assurer la sécurité des aînés et améliorer l'accessibilité aux locaux municipaux

ACTIONS

- Améliorer l'éclairage public, notamment dans les endroits qui suscitent un sentiment d'insécurité et à proximité des écoles
- Procéder sur une base continue, à l'amélioration des rues et à la réparation des dénivellations des trottoirs afin d'assurer la sécurité dans le village
- Améliorer la sécurité hivernale, notamment dans les endroits qui suscitent un sentiment d'insécurité (salle municipale, église, presbytère)
- Faire une étude de faisabilité pour l'installation d'une traverse de piétons ou autre signalisation dans les rues du village (près des écoles, aires de jeux, lieux stratégiques où il y a des risques plus élevés d'accidents)
- Améliorer la sécurité à des endroits stratégiques : intersection des rues Principale et St-Isidore (coin de l'église) rue de l'école et St-Isidore (école)
- Ajouter des panneaux ou vignettes «stationnement pour personnes à mobilité réduite» à la salle municipale
- Installer une rampe élévatrice au Relais de l'amitié, Le Pavillon et salle du conseil
- Installer un panneau indicateur des services existants sur la rue principale, au coin de l'église
- Donner des accès aux VTT et moto-neiges dans le village



AXE D'INTERVENTION SANTÉ ET SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

L'indépendance et l'autonomie sont des facteurs importants pour les aînés.

OBJECTIFS

Encourager les aînés à développer de saines habitudes de vie

ACTIONS

- Faire une campagne de sensibilisation au développement de saines habitudes de vie (collaboration avec CISSS, cliniques « Bien Manger », chroniques dans les journaux locaux)
- Faire la promotion du programme Vie Active à Laverlochère
- Organiser une conférence par année portant sur la santé et la bonne forme physique
- Faire connaître le programme PAIR aux aînés
- Créer et publier un répertoire sur les organismes du milieu et un guide sur les services offerts aux aînés
- Mettre sur pied un groupe de marche adapté aux aînés
- Organiser des séances d'information portant sur différents sujets pertinents pour les aînés : procédures de déplacements, transport collectif, mandat d'inaptitude, testament
- Donner de la formation sur le défibrillateur
- Étudier la possibilité d'instaurer une « popotte » ambulante



AXE D'INTERVENTION COMMUNICATION / INFORMATION

De façon générale, les aînés sont assez bien informés. Ils souhaiteraient une chronique des aînés par le biais du journal local «Le nid de l'information».

OBJECTIFS

Améliorer le processus de diffusion et de circulation de l'information afin de répondre aux besoins des aînés en matière d'information

ACTIONS

- Afficher la phrase « Pour penser et agir familles et aînés » dans la salle du conseil
- Réserver un espace à la disposition des aînés dans le journal local
- Faire la promotion du site internet de la municipalité et maximiser son utilisation afin de rendre plus accessible les informations municipales touchant les aînés
- Faire connaître les conseillers et les employés municipaux dans le journal local et sur le site internet de la municipalité
- S'assurer que toutes les communications de la municipalité sont écrites en assez gros caractères et avec un langage simplifié pour que les aînés puissent les lire aisément
- Mettre sur pied un comité des aînés afin de faire un suivi de la démarche MADA qui aura un rôle consultatif et qui regroupera des représentants de divers organismes communautaires
- Aménager un coin « Services offerts à la population pour les aînés » à la bibliothèque, au Relais de l'amitié, au bureau municipal
- Élaborer et diffuser un calendrier annuel des activités culturelles, sportives et communautaires : site web, journal local, dépliant promotionnel



CONCLUSION

Viellir en restant actif est la garantie d'une meilleure qualité de vie.

La municipalité veut développer une vision d'une communauté pour tous les âges afin de permettre aux générations actuelles et futures de personnes âgées de vivre dans un environnement favorisant leur vieillissement et leur épanouissement.



*4 générations
à Laverlochère*



**Municipalité
amie des aînés**

***VIEILLIR ET VIVRE ENSEMBLE
CHEZ SOI,
DANS NOTRE COMMUNAUTÉ,
À LAVERLOCHÈRE***