

Politique municipale des aîné·es et Plan d'action Municipalité Amie Des Aîné·es (MADA)

Élaborés dans le cadre de la démarche MADA de la Municipalité de Saint-Adrien

MOT DU MAIRE

Chères citoyennes,
Chers citoyens,

Il me fait plaisir de vous présenter la politique des aîné·es de Saint-Adrien et son plan d'action Municipalité amie des aîné.es (MADA). Je tiens spécialement à remercier les membres du comité de pilotage pour l'excellence de leur travail qui a mené au dépôt de cette politique. C'est un honneur de cautionner leur bon travail qui a su mettre en valeur l'apport des aîné.es à notre communauté et l'importance de les soutenir.

Étant en politique depuis plus de 37 ans et natif de cette belle communauté, j'ai été à même de constater les liens intergénérationnels qui nous unissent et le besoin essentiel de développer des outils pour créer un milieu inclusif pour toutes et tous. Le vieillissement fait partie de notre réalité et il faut comme société savoir l'accompagner et reconnaître cette sagesse à notre portée.

Le conseil municipal s'engage autant que faire se peut à mettre le plan d'action en œuvre. Je réitère cependant l'importance d'un engagement soutenu des citoyennes et citoyens ainsi que des comités de la Municipalité, sans quoi, rien ne serait possible.

Pierre Therrien
Maire de Saint-Adrien

COMITÉ DE PILOTAGE

Pauline Dumoulin, Conseillère responsable du dossier aînés pour la Municipalité de Saint-Adrien. Pauline est bien connue dans Saint-Adrien, où elle est présidente de la Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) de Saint-Adrien en plus de siéger au conseil municipal de la municipalité. Elle est également membre de la Table de Concertation des Aîné·es des Sources et de la Table de Concertation des Sources contre la Maltraitance. Elle a travaillé pendant 28 ans

comme préposée aux bénéficiaires. Aujourd'hui à la retraite, elle poursuit sa vocation en travaillant quelques heures par semaine en maintien à domicile et en offrant son temps auprès de plusieurs organismes et initiatives, dont le projet de mettre en place une Coopérative de solidarité en habitation pour aînés, La Sage Maison.

« Mon implication auprès de mon village d'accueil me permet d'œuvrer dans un bassin où le vieillissement sera à son apogée dans les années qui viennent. Pour moi, la vie est un grand livre qui me permet d'apprendre, qui m'offre l'opportunité de déployer mes connaissances dans des causes qui me tiennent à cœur surtout en ce qui concerne les besoins des gens, mais surtout les aînés-es. »

Lorraine Blain est une passionnée, une grande amoureuse de la nature et de la nature humaine. Mère, grand-mère, enseignante, jardinière d'enfants et jardinière, elle se décrit comme artiste-pédagogue-conteuse. Elle travaille auprès des enfants depuis plus de trente-cinq ans. En 2000, elle s'installe sur un rang de Saint-Adrien et crée *Les contes de Lorraine*. En même temps, elle commence à enseigner dans une école de Victoriaville à projet pédagogique particulier. Depuis, elle offre des contes-spectacles offerts dans différents milieux apportant la magie des contes merveilleux pour les 3 à 9 ans. Depuis décembre 2020, elle s'implique à la mise sur pied de La Sage Maison au cœur du village. C'est dans la continuité de cette implication qu'elle rejoint le comité de la MADA, afin de mieux connaître son milieu.

Aimée Désautels a découvert Saint-Adrien lors de la rencontre avec son futur mari qui est natif du village. Elle y habite depuis 15 ans, pour les beaux jours de sa retraite ! « Pour mieux m'intégrer dans la communauté, j'ai accepté de faire partie du CA de la FADOQ, puis à Viactive qui est offert par la FADOQ. Lorsque Pauline m'a demandé de m'impliquer dans le projet MADA, j'ai été très intéressée d'y apporter ma contribution. Beaucoup d'activités m'intéressent, mais ayant un enfant en Beauce, en Gaspésie et un autre dans les Laurentides je ne suis pas aussi disponible que j'aimerais ! Je me déplace fréquemment pour de longues périodes. Ma famille me tient à cœur et m'impliquer dans la communauté a aussi beaucoup d'importance, car on développe un sentiment d'appartenance. C'est donc toujours un plaisir de croiser les gens du village. »

Jean-Marie Dubois est né à Saint-Adrien en 1950 et y est revenu en couple en 1976 après 15 ans d'absence. Il a toujours été très engagé dans sa communauté. « J'ai participé à la fondation du Club Optimiste. Représentant Saint-Adrien au comité de développement de la MRC d'Asbestos, j'ai piloté l'organisation du Sommet de l'Or Blanc en 1985. Directeur de l'école à l'époque, j'ai assisté la municipalité pour négocier l'entente permettant de garder l'école ouverte. Collaborateur à l'ancien journal municipal *Tou-Cha-Tou* dès ses débuts, je participe maintenant au *Journal Adriennois*. Notre couple espère vieillir le plus longtemps possible à Saint-Adrien, d'où mon implication au comité MADA. »

Claude Dupont est Victoriavillois de naissance. Après ses études universitaires en arpentage, il a œuvré pour la ville de Saint-Laurent sur l'île de Montréal pendant trente ans. Son projet de retraite fut alors de se construire une maison à valeur écologique dans un milieu paisible. « Ma

première visite du village m'a renversé de par la convivialité de ses habitant.es et la beauté de sa campagne. Résident de Saint-Adrien depuis 2012, je me suis très vite impliqué dans le comité des loisirs pour devenir dès 2013, conseiller municipal. J'ai géré depuis plusieurs dossiers dont, les loisirs, la sécurité publique, le comité consultatif d'urbanisme (CCU), la refonte de la réglementation municipale et la culture. »

Céline Fréchette a opéré pendant de nombreuses années une résidence pour personnes âgées au cœur de Saint-Adrien. « Je suis mariée depuis 54 ans à Adrien Gagnon et j'ai une belle famille ! Deux filles, Mélanie et Vicky, deux gendres formidables et six petits-enfants dont je suis très fière. Nous sommes arrivés à Saint-Adrien en 1995 avec l'achat du presbytère pour en faire une résidence de personnes âgées. J'ai beaucoup aimé le projet ! Depuis la vente en 2008, nous profitons de notre retraite dans une plus petite maison toujours à Saint-Adrien. Je continue de me tenir occupée dans certains comités : les Filles d'Isabelle, la FADOQ et la MADA... J'occupe très bien mon temps libre ! »

Henriette Gagné est native de Saint-Adrien. Bien qu'elle ait quitté le village quelque temps, elle n'a jamais regretté son retour aux sources ! « Suite à une demande de Pauline, j'ai accepté de faire partie du comité de la MADA. Je me suis dit : il faut des *vieux* pour vraiment exprimer leurs besoins. Comme j'ai 80 ans, il faut que j'accepte d'en être rendue là. Je suis native de Saint-Adrien et je connais tous les natifs et beaucoup de néo-adriennois. Je croyais pouvoir faire une différence ! J'aime beaucoup les gens de Saint-Adrien et ils me le rendent bien. J'ai toujours fait partie de comités depuis mon retour à Saint-Adrien en 2002. Depuis 2023, je suis moins fidèle aux réunions mensuelles du conseil municipal. Je laisse de l'espace aux... jeunes ! »

ACCOMPAGNATRICE DE LA DÉMARCHE MADA

Léa C. Brillant a emménagé à Saint-Adrien en mai 2021 pour participer à des initiatives riches de sens et faire partie d'une communauté tissée serrée. Forte de sa formation académique en philosophie et de ses nombreuses années d'expérience en pratiques philosophiques novatrices auprès des enfants et de leurs communautés, elle prête aujourd'hui ses compétences à des projets collectifs qui favorisent la vitalité des communautés. « Depuis le début de mes études en philosophie, je suis habitée par le sentiment de brasser beaucoup d'idées qui semblent déconnectées du monde qui nous entoure. Ne vous méprenez pas ! J'adore les moments de réflexions profondes pendant lesquels le temps se suspend. Mais comme le disent les enfants avec qui j'ai la chance de dialoguer : À quoi ça sert d'avoir des idées si on les garde toutes dans notre tête ? En effet, les idées ont-elles une valeur si nos actions ne concordent pas avec celles-ci ? À travers les années, j'ai eu la chance de participer à une grande diversité de projets qui redéfinissent le rôle de la philosophie dans nos sociétés et qui m'ont permis de voir que la philosophie se vit au quotidien. À Saint-Adrien, la philosophie prend vie dans le jardin pédagogique lorsque les enfants se lancent à la chasse aux carottes et participent à la résilience de leur communauté ; dans l'épicerie participative où il est impossible de passer en coup de vent puisqu'une idée intrigante se cache toujours au détour d'un rayon ; ou encore, au moment des

nombreuses occasions de réflexion et d'action citoyennes qui propulsent notre communauté comme la démarche Municipalité amie des aîné·es. Ce fut pour moi un grand privilège d'échanger avec les membres de son comité de pilotage, de rencontrer la richesse de leurs histoires et la chaleur humaine de leur présence attentive.

PRÉSENTATION DE LA DÉMARCHE MADA

L'importance d'être une Municipalité amie des aîné·es (MADA), c'est de reconnaître que nous pouvons tous nous unir pour œuvrer au sein d'une société dont l'avenir est florissant, où peuvent se côtoyer le vécu et l'expérience des personnes âgées et les idées nouvelles et le savoir-faire nouveau des jeunes, pour fleurir ensemble dans une harmonie de joie, de complicité et d'entraide.

— Pauline Dumoulin, conseillère responsable du dossier aîné·es
pour la Municipalité de Saint-Adrien

[visuel ligne du temps historique de la démarche]

Reconnaissant la valeur inestimable de la contribution des personnes âgées dans sa communauté et ayant à cœur de faire de sa collectivité un milieu inclusif pour elles, tout en cherchant à mettre de l'avant des stratégies qui soient gagnantes pour l'ensemble des Adriennoises et Adriennois, la Municipalité de Saint-Adrien s'engage en septembre 2021 dans une démarche pour devenir une Municipalité amie des aîné·es (MADA).

La démarche MADA permet de développer une culture d'inclusion sociale, quels que soient l'âge ou les capacités des personnes visées. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les politiques, les services et les structures qui touchent les environnements bâtis et sociaux doivent être conçus pour soutenir les aînés et les aider à vieillir en restant actifs.

Une MADA est une municipalité ou une MRC qui:

- met un frein à l'âgisme [une forme de discrimination fondée sur l'âge];
- 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.

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

La Municipalité de Saint-Adrien s'est engagée à élaborer une politique des aîné·es et son plan d'action MADA...

- en conformité avec les principes du « vieillissement actif », tels que définis dans l'encadré ci-bas ;
- en répondant aux besoins des aîné·es de la Municipalité identifiés lors de consultations publiques ;
- en intégrant les connaissances des personnes œuvrant auprès des aîné·es.

Le concept de **vieillissement actif** préconisé par l'OMS et par le gouvernement du Québec fait référence au processus visant à optimiser les possibilités de bonne santé, de participation et de sécurité afin d'accroître la qualité de la vie pendant la vieillesse.

Les trois piliers que sont la participation, la santé et la sécurité trouvent leur expression dans neuf champs d'action particulièrement importants pour que les personnes aînées arrivent à fonctionner dans la vie de tous les jours, à demeurer en contact avec un réseau de relations et à participer à des activités selon leurs préférences et capacités.

PARTICIPATION

Les aînés contribuent à la société de plein droit, et ce, dans toutes les sphères de la vie : familiale, sociale, culturelle, économique et spirituelle. Cette contribution s'incarne par leur présence et leur engagement aux activités qui ont un sens à leurs yeux et qui ont un sens pour la société dans laquelle ils évoluent. Participer, c'est se voir inclus dans son milieu, et l'âge ne doit pas constituer une barrière à cette inclusion.

SANTÉ

Les personnes vivent mieux et plus longtemps lorsque l'apparition de maladies et la perte d'autonomie fonctionnelle sont limitées ou retardées. Être en bonne santé procure davantage d'indépendance et de bien-être, ce qui a pour effet de diminuer le recours aux soins de santé et aux services sociaux. Toutefois, la société se doit de répondre aux besoins évoluant avec l'âge, en développant des services sociosanitaires adaptés, accessibles et de qualité.

SÉCURITÉ

Les environnements (milieux de vie, quartiers, municipalités, régions) sont appelés à évoluer pour répondre aux besoins d'une population vieillissante, d'où l'importance d'en faire des endroits toujours plus sécuritaires et bienveillants pour les aînés. Des initiatives doivent donc s'y développer en conséquence, notamment pour prévenir la maltraitance, mieux soutenir les proches aidants, faciliter l'accès aux services et contribuer au sentiment de sécurité des aînés qui vivent.

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

En tant que responsable du dossier aîné·es pour la Municipalité de Saint-Adrien, Pauline Dumoulin a reçu le mandat de former un comité de pilotage pour sonder les aîné·es et orienter l'élaboration d'une politique des aîné·es et son plan d'action MADA. Le comité de pilotage rassemble des citoyen·nes aîné·es, préoccupé·es par la situation de leurs pair·es et de leur communauté, et dont les profils reflètent la diversité du milieu. Ce comité est composé de Lorraine Blain, Aimée Désautels, Jean-Marie Dubois, Claude Dupont, Céline Fréchette et Henriette Gagné.

Dans le contexte de la pandémie de COVID-19, le comité a préféré attendre de pouvoir se rencontrer en personne pour amorcer ses activités, reconnaissant l'importance de la chaleur humaine de leur démarche. En septembre 2022, Léa C. Brillant fut mandatée par le conseil municipal pour accompagner le comité de pilotage dans l'organisation et l'animation des consultations publiques et l'élaboration de la politique municipale.

Au cours des consultations publiques, plus de quatre-vingt (80) aîné·es, représentant un peu plus de 50% de la population aînée de Saint-Adrien, ont partagé leurs idées et leur vécu. Les consultations ont permis de dresser un portrait des services offerts aux aîné·es et des besoins de notre communauté, ainsi que de définir ce qu'est *être aîné·e* et d'identifier les valeurs qui devraient guider notre développement collectif pour soutenir nos aîné·es.

MÉTHODES DE CONSULTATION PUBLIQUE UTILISÉE

Sondage

Cinquante-trois (53) aîné·es et couples ont répondu à un sondage au moment d'une activité de la FADOQ, en mai 2022. Le court sondage avait pour objectif de mieux comprendre la situation des aîné·es de Saint-Adrien alors que la démarche MADA débutait. Les répondant·es se sont notamment exprimé·es sur leur capacité d'adaptation face aux changements en cours au sein de la communauté, la façon

dont ils·elles se tiennent informé·es, les activités auxquelles ils·elles participent et aimeraient participer et leur familiarité avec les services de proximité pour les personnes âgées.

Groupes de discussion

Entre les mois d'août et d'octobre 2022, les membres du comité de pilotage MADA ont participé à quatre (4) groupes de discussion. Ensemble, ils ont abordé tous les champs d'action de la MADA. Ils ont réfléchi à l'importance de ces champs d'action pour les âgé·es de leur communauté et ont constaté au fil des discussions la forte interdépendance entre ceux-ci. C'est à partir de leurs constats et des enjeux qu'ils·elles ont identifié qu'ont été sélectionnés les champs d'action prioritaires qui seraient présentés au moment du forum communautaire.

Forum communautaire

Le 22 octobre 2022, les âgé·es de Saint-Adrien, ainsi que toutes les personnes préoccupées par leurs conditions de vie, ont été convié·es à participer à un forum communautaire. Plus de cinquante (50) citoyen·nes étaient présent·es. L'assemblée était constituée d'une grande diversité de personnes. Les âgé·es étaient accompagné·es de leurs familles, ami·es et voisin·es. Des proches aidant·es étaient également présent·es pour porter la voix de celles et ceux qui ne pouvaient se déplacer.

Le maire de la Municipalité de Saint-Adrien, Pierre Therrien, deux (2) conseillers municipaux, l'agente de développement de la municipalité, ainsi que des membres des organismes et des entreprises qui oeuvrent auprès des âgé·es ou offrent des services essentiels étaient également présent·es : le BEAM, la Bibliothèque de Saint-Adrien, le centre santé globale Odaïna, le Comité de développement de Saint-Adrien, le Comptoir Saint-Vrac, le Jardin pédagogique communautaire de Saint-Adrien, La Meunerie, l'Organisme de participation des parents (OPP) de l'école primaire Notre-Dame-de-Lourdes et la Sage Maison.

Les participant·es se sont d'abord demandé :

Que veut dire « être âgé·e » ? Quand devient-on âgé·e ? Quelles sont les valeurs de notre communauté ? Quelles valeurs devraient guider notre développement collectif pour soutenir les âgés ?

Ils ont ensuite formé des groupes de réflexion pour aborder, dans le cadre d'ateliers thématiques, les champs d'action suivants :

1. Milieu de vie

2. Mobilité
3. Participation sociale
4. Loisir
5. Espaces extérieurs et bâtiments
6. Santé et services sociaux

PORTRAIT DU MILIEU

LA DÉMOGRAPHIE ET LE VIEILLISSEMENT DE LA POPULATION POUR SAINT-ADRIEN ET LA MRC DES SOURCES

Le Recensement de la population de 2021 produit par Statistique Canada nous informe que **les aîné-es de 65 ans et plus représentent 28,6% de la population adrienneise**, ou 150 personnes sur une population totale de 525 personnes. À Saint-Adrien, la part de femmes de ce groupe d'âge est légèrement plus élevée que les hommes.

TABLEAU 1 : POPULATION DE LA MUNICIPALITÉ DE SAINT-ADRIEN PAR GROUPE D'ÂGE, 2021

	TOTAL	HOMME	FEMME
Total - Répartition (%) de la population par grands groupes d'âge - Données intégrales (100 %)	100,0	100,0	100,0
0 à 14 ans	19,0	20,8	19,6
15 à 64 ans	52,4	52,8	52,9
65 ans et plus	28,6	26,4	29,4
85 ans et plus	1,9	0,0	2,0
Âge moyen de la population	44,6	44,4	44,8
Âge médian de la population	46,4	46,0	47,2

Source : Statistique Canada. 2023. (tableau). Profil du recensement, Recensement de la population de 2021, produit n° 98-316-X2021001 au catalogue de Statistique Canada. Ottawa. Diffusé le 8 février 2023.

Selon les données statistiques et les analyses tirées d'une étude menée par l'Observatoire estrien du développement des communautés (OEDC) dans le cadre du projet de La Sage Maison, au cours des 15 prochaines années (2021 à 2036), et tel que le démontre le tableau 2, **une augmentation importante des personnes âgées de 65 ans et plus est anticipée, tant à l'échelle de la MRC qu'à Saint-Adrien**. Le poids démographique de la génération des *baby-boomers* se fera sentir jusqu'en 2036, notamment chez les 75 ans et plus. Selon les projections de population produites par

l'Institut de la statistique du Québec, le nombre de personnes âgées de 65 ans connaîtra une augmentation importante de 19,7% au cours des quinze prochaines années. Le groupe d'âge connaissant la croissance la plus importante est celui des 80 à 84 ans et des 85 ans et plus, chez qui on anticipe une augmentation de 103,3 % et 91,1 % respectivement. Chez les 65 à 69 ans, on anticipe une baisse à court terme.

TABLEAU 2 : PROJECTIONS DE POPULATION CHEZ LES 65 ANS ET PLUS PAR GROUPE D'ÂGE ET GENRE, MRC DES SOURCES, 2021 À 2036.

	2021	2026	2031	2036	Écart 2021-2036	
65 à 69 ans	1351	1315	1185	971	-380	-28,1%
70 à 74 ans	1186	1283	1270	1156	-30	-2,5%
75 à 79 ans	790	1039	1137	1141	351	44,4%
80 à 84 ans	454	624	831	922	468	103,1%
85 ans et plus	470	510	659	898	428	91,1%
Total	4251	4771	5082	5088	837	19,7%

Source : Institut de la statistique du Québec, 2021.

À Saint-Adrien, la même tendance se dessine tel que le présente le tableau 3. Les groupes d'âge de 75 à 79, 80 à 84 et de 85 ans et plus connaissent les augmentations les plus importantes. Le nombre de personnes âgées de 65 à 69 ans sera en baisse dans les prochaines années.

TABLEAU 3 : PROJECTIONS DE POPULATION CHEZ LES 65 ANS ET PLUS PAR GROUPE D'ÂGE ET GENRE, SAINT- ADRIEN, 2021 À 2036.

	2021	2026	2031	2036	Écart 2021-2036	
65 à 69 ans	55	57	34	22	-33	-60%
70 à 74 ans	51	51	54	33	-18	-35,3%
75 à 79 ans	27	45	45	49	22	81,5%
80 à 84 ans	8	21	36	37	29	362,5%
85 ans et plus	8	9	18	34	26	325%
Total	149	183	187	175	26	17,4%

Source : Institut de la statistique du Québec, 2021.

En somme, au cours des quinze prochaines années, le vieillissement sera accéléré, notamment chez les 75 ans et plus, et un plus grand nombre de personnes nécessiteront des services qui répondent à leurs besoins et désirs.

LES REVENUS À SAINT-ADRIEN ET LA MRC DES SOURCES

Les revenus dans la MRC des Sources sont inférieurs aux revenus des autres MRC de l'Estrie et la pauvreté est encore plus marquée chez les aîné·es. **À Saint-Adrien, la part de personnes âgées de 65 ans et plus qui sont considérées à faible revenu selon les seuils de Statistique Canada est beaucoup plus significative qu'à l'échelle de la MRC (38,5 % contre 24,3 %).**

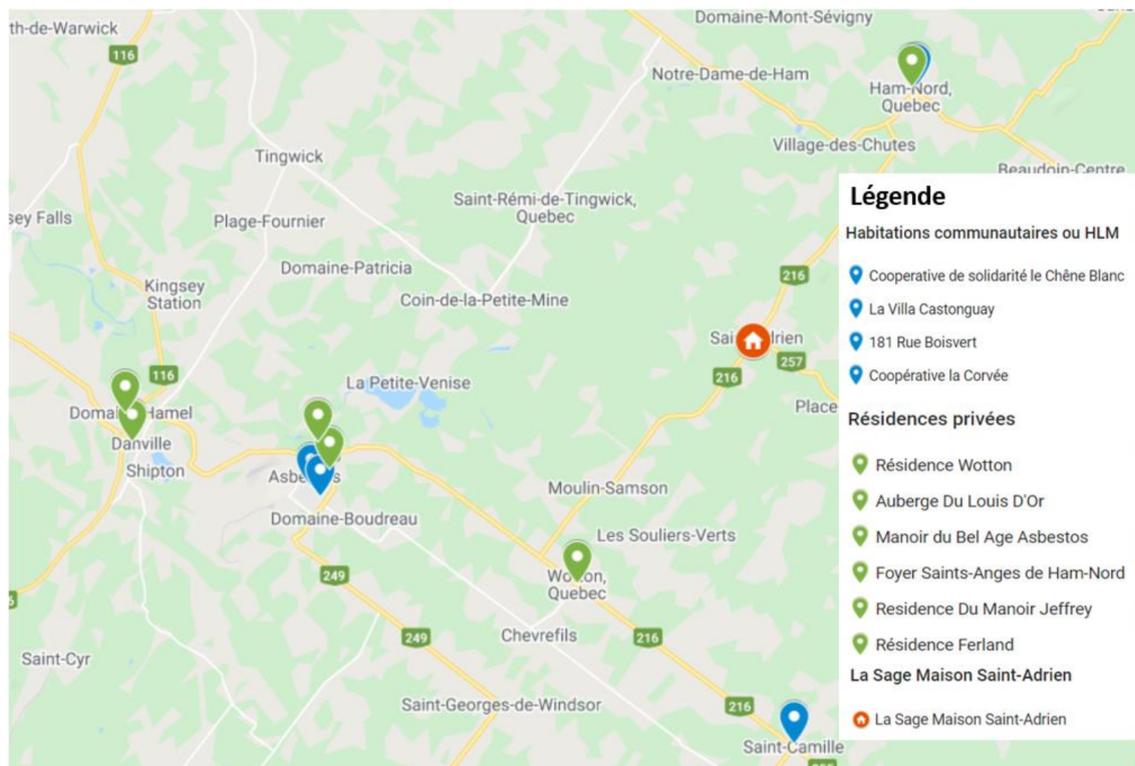
TABEAU 4 : INDICATEURS SUR LE REVENU ET L'ACCÈS À L'HABITATION SUBVENTIONNÉE À SAINT-ADRIEN ET LA MRC DES SOURCES.

	Année	Saint-Adrien	Communauté Villages-des-Sources	MRC des Sources
Personnes à faible revenu (65 ans et plus)	2016	38,5%	31,1%	24,3%
Revenu total médian après impôt (65 ans et plus)	2016	17 863\$	19 919\$	20 824\$
Part d'aînés vivant seuls (65 ans et plus)		20%	22,1%	28,7%
Part d'aînés vivant avec des incapacités (65 ans et plus)		38,5%	44,6%	40,3%

L'OFFRE DE LOGEMENT POUR AÎNÉ·ES À SAINT-ADRIEN ET AUX ALENTOURS

Lors d'un recensement des résidences pour aîné·es, coopératives et habitations communautaires dédiées aux aîné·es dans un rayon de trente kilomètres autour de Saint-Adrien, l'OEDC a identifié un total de 382 places disponibles qui sont destinées à une clientèle autonome ou semi-autonome. Selon l'analyse de l'OEDC, **l'offre actuelle en logements pour aîné·es est plutôt limitée dans les environs de Saint-Adrien et les loyers demandés sont assez prohibitifs et non accessibles pour les personnes à faible revenu.**

CARTE 1 : LOCALISATION DES RÉSIDENCES POUR AÎNÉS À SAINT-ADRIEN ET ENVIRONS



Source : Google Maps, 2021.

Le projet de la **Coopérative de Solidarité en Habitation pour aîné-es La Sage Maison** souhaite répondre à cette situation tout en évitant le déracinement des Adriennois-es. En effet, près de 90% des personnes ayant répondu au sondage de la démarche MADA habitent Saint-Adrien depuis plus de 20 ans, 50% depuis plus de 50 ans ! La possibilité pour un-e aîné-e de demeurer le plus longtemps possible dans sa communauté est très importante pour la population adriennoise.

« La Sage maison »

Le projet de résidence pour personnes âgées « La Sage Maison » est né de l'idée d'un groupe de femmes de Saint-Adrien et des alentours, qui se sont réunies pour démarrer une coopérative de solidarité en habitation pour personnes âgées. Ce projet a pour but de répondre à leur désir de créer un milieu de vie agréable, abordable et intégré à la communauté de Saint-Adrien.

Afin de favoriser l'intégration dans le milieu rural et de stimuler le sentiment d'appartenance à la communauté, l'architecture choisie favorisera les interactions spontanées des installations et des lieux. La nouvelle coopérative, qui prendra la forme de 14 unités de plain-pied, sera construite dans une forme innovante, en utilisant des méthodes et des matériaux de construction écologiques.

Chaque logement aura une cuisine, une buanderie et une salle de bain adaptée pour les besoins changeants des personnes âgées. Il sera possible pour les résident.es d'avoir des animaux et ils-elles pourront également bénéficier d'espaces partagés.

La clientèle visée par ce projet est composée de personnes âgées autonomes et semi-autonomes, seules ou en couple. Plusieurs collaborations avec les services et organismes qui naissent dans la communauté de Saint-Adrien depuis quelques années sont envisagées.

LES SERVICES DE SANTÉ ET LES SERVICES SOCIAUX

L'ensemble des services de soins de santé et des pharmacies à proximité de Saint-Adrien se trouvent dans les municipalités environnantes. Ces services se trouvent principalement à Val-des-Sources. Il y a aussi une clinique médicale et une pharmacie à Ham-Nord. Les services à Ham-Nord sont les plus proches et nécessitent un déplacement d'une douzaine de kilomètres.

On retrouve l'ensemble des ressources et des services locaux, régionaux, provinciaux et nationaux dans le **calendrier de la Table de concertation des Aînés de la MRC des Sources**. Le **Centre d'action bénévole des Sources** est également une ressource indispensable. Il offre de nombreux services de maintien à domicile pour les personnes âgées. **L'entraide et la solidarité** sont également des ressources non négligeables pour la population aînée de Saint-Adrien. Le sondage a d'ailleurs révélé que 80% des répondants n'hésitent pas à demander de l'aide à leurs voisin-es !

Distance des centres hospitaliers :

- **L'hôpital, CLSC et centre d'hébergement d'Asbestos** est situé à Val-des-Sources, à 20 minutes en voiture de Saint-Adrien. Il offre des services de santé et des services sociaux sur place et à domicile ;
- Le **Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke** est situé à 50 minutes en voiture de Saint-Adrien ;
- **L'Hôtel-Dieu d'Arthabaska - CIUSSS MCQ** est situé à 30 minutes en voiture de Saint-Adrien.

Ressources de proximité	Mission	Téléphone
Albatros des Sources, Val-des-Sources	Accompagner les personnes atteintes de maladie grave qui vivent les dernières étapes de leur vie.	819 879 4971
Bureau d'aide juridique de Val-des-Sources	Offrir des services juridiques à la population de la MRC des Sources.	819 879 5402
Centre d'action bénévole des Sources, Val-des-Sources	Carrefour d'information et d'entraide. Services de maintien à domicile pour les personnes âgées.	819 879 6333
Cuisine Amitié, Val-des-Sources	Offrir à tous, en favorisant les personnes à faible revenu, la possibilité de cuisiner économiquement et collectivement et de bien s'alimenter tout en vivant différents apprentissages.	819 879 4499
REM/Aide à domicile, Val-des-Sources	Offrir des services d'aide à domicile à toute la population de la MRC des Sources et de la MRC du Val-Saint-François afin de favoriser leur soutien à domicile.	819 879 5659
Société Alzheimer de l'Estrie	Proposer des services de soutien, d'information, de stimulation, de sensibilisation et de formation à sa clientèle dans le but de mieux vivre avec la maladie d'Alzheimer.	819 238 5128
Service budgétaire populaire des Sources, Val-des-Sources	Défendre les droits des consommateurs et leur offrir un service de consultation en matière de finances personnelles.	819 879 4173
Unité Domrémy, Val-des-Sources	Promouvoir la réadaptation et stimuler l'information et l'éducation sur l'alcoolisme et les autres toxicomanies.	819 879 5550
Ressources régionales	Mission	
L'Appui pour les proches aidants d'aînés Estrie	Contribuer au soutien des personnes proches aidantes et des organismes qui leur viennent en aide.	1 855 852 7784
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)	Défense collective des droits économiques, politiques, sociaux et culturels des personnes à la retraite ou à la préretraite.	819 829 2981
DIRA-Estrie	Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance.	819 346 0679
Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) — Région Estrie	Rassembler et représenter les personnes de 50 ans et plus dans le but d'améliorer et de conserver leur qualité de vie. Orienter les aînés vers les ressources adéquates qui répondent à leurs besoins.	819 566 7748
Fondation québécoise du cancer — Estrie	Soutenir les personnes atteintes du cancer et leurs proches par des services axés sur leurs besoins et préoccupations quotidiennes.	819 822 2125

Table de concertation des aînés de l'Estrie	Permettre aux aînés de l'Estrie de bénéficier d'un lieu régional d'échanges, de concertation et de partenariat.	819 822 0204
Ligne d'aide		Téléphone
Info Santé et urgence détresse 21/7		811
Ligne Aide Abus Aînés		1 888 489 2287

LES ÉPICERIES ET COMMERCES DE PROXIMITÉ

L'offre alimentaire à Saint-Adrien répond aux besoins de base de la population, avec le **Comptoir Saint-Vrac** et le marché public en été. Certains producteur·rices locaux vendent également leurs produits à la ferme. Il faut se déplacer vers Ham-Nord ou Val-des-Sources pour avoir accès à une épicerie ou un supermarché plus conventionnel.

« Le Comptoir Saint-Vrac »

Le Comptoir Saint-Vrac est la seule épicerie de Saint-Adrien, offrant un large choix de produits biologiques, équitables et locaux pour la plupart.

Le sondage a permis d'identifier que certaines personnes âgées ressentent de la gêne vis-à-vis le fonctionnement alternatif de l'épicerie. Pour démystifier le concept de l'épicerie participative et l'achat en vrac, l'équipe du Comptoir Saint-Vrac a offert en novembre 2022 une journée porte-ouverte destinée aux personnes âgées.

Depuis, le Comptoir Saint-Vrac offre aussi 50% de rabais sur l'adhésion annuelle pour les personnes membres de la FADOQ, qui obtiennent également 10% de rabais supplémentaires sur les achats en magasin tous les jeudis !

Le **marché public de Saint-Adrien** est un rendez-vous estival qui a lieu tous les samedis de l'été devant l'ancienne église du village. Regroupant des producteur·rices et artisan·es de la région dans une atmosphère de fête, cette rencontre hebdomadaire, est non seulement propice pour faire ses emplettes de produits locaux, mais aussi un lieu de rencontres conviviales.

LE TRANSPORT COLLECTIF

Saint-Adrien est desservi par le **Service de transport collectif des Sources** (STC des Sources). Ce service s'adresse à l'ensemble de la population, peu importe l'âge ou le niveau de mobilité. Ce service est disponible sur réservation, et celle-ci peut se faire en ligne ou par téléphone. La réservation doit se faire un jour ouvrable avant le transport, avant 14 h. Les déplacements à l'intérieur de la MRC coûtent 3,50 \$. Pour le transport inter-MRC, il existe un circuit pour se rendre à Sherbrooke, notamment pour les besoins médicaux, des visites de spécialistes ou autres services essentiels qui ne sont pas disponibles sur le territoire. Ce circuit est offert entre Val-des-Sources et le CHUS à Sherbrooke trois fois par semaine (lundi, mercredi et vendredi).

Le **CAB des Sources** offre également un transport communautaire et d'accompagnement pour personnes autonomes de 65 ans et plus, pour se déplacer vers des rendez-vous médicaux, rendre visite à la famille ou à un·e ami·e, faire du magasinage, etc. Le **covoiturage** est également pratiqué de façon informelle entre ami·es, voisin·es et en famille.

L'ACCÈS À L'INFORMATION

Le sondage auprès des personnes aînées rapporte que la majorité d'entre elles consultent et privilégient les communications imprimées (Marchons ensemble, Journal Adriennois, publipostage, affichage au bâtiment municipal). Le téléphone reste aussi un moyen de communication privilégié. Le courriel et les réseaux sociaux n'étant que peu utilisés.

LA PARTICIPATION SOCIALE ET L'OFFRE DE LOISIRS

La communauté de Saint-Adrien offre un large éventail d'activités communautaires, d'événements en tout genre et d'opportunités de s'impliquer bénévolement.

[graphique] Sondage : Qu'est-ce qui vous empêche de participer aux événements et activités ?

- Difficultés physiques ou problèmes de santé : 20%
- Transport : 0%

- Manque d'intérêt : 30%
- Disponibilité (travail, famille, proche aidant-e) : 20%
- Ça dépend, sans réponse : 30%

La **Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) de Saint-Adrien** est très active au sein de la communauté. Elle compte près d'une centaine de membres. Elle offre des événements souper et danse, des soirées bingo et favorise l'instauration d'activités pour les aîné-es au village, comme des cours de danse et les séances Viactive — un programme d'activités physiques s'adressant aux personnes âgées de 50 ans et plus. La FADOQ participe également à la mise en place d'installations sportives adaptées, comme le nouveau terrain de pickleball (tennis léger), et à l'acquisition d'équipements : bâtons de marche, boules de pétanques, poids, raquette, etc. Elle est également propriétaire d'une grande quantité de jeux d'adresse et de société qui pourraient même être partagés avec toute la communauté pour créer des occasions de rassemblements ludiques !

ACTIVITÉS CULTURELLES

La **Meunerie** offre autant des spectacles professionnels, semi-professionnels et amateurs — dont les très appréciées soirées « Talent Chaud » durant lesquelles tout le monde est invité à faire rayonner ses talents. L'été, elle tient des terrasses musicales. Les soirées « mardi communautaire », quant à elles, sont organisées autour de thématiques de toutes sortes, offertes par la communauté à la communauté. Ces soirées étaient à l'origine des 5 à 7 *causeries et jeux* offerts aux aînés, en partenariat avec la FADOQ. La faible participation a poussé l'organisme à modifier son offre pour des activités variées, pour tous et toutes. Pour favoriser la participation des aîné-es, La Meunerie adapte parfois l'heure de ses représentations. La Meunerie a également offert par le passé des cliniques d'aide en informatique.

[graphique] Sondage : Participation aux mardis communautaires à la Meunerie : 10% des répondant-es

« La Meunerie veut être **un endroit sécuritaire** où tous peuvent venir **partager des moments de maillage** afin de **développer une communauté solide.** »

La Meunerie peut être un allié important pour les aîné-es de Saint-Adrien. Son équipe a le souci de réfléchir et d'agir pour assurer la participation des aîné-es aux activités qu'elle propose. Elle a d'ailleurs mené la réalisation de la balado-vidéo *Les racines des*

Sources : un projet communautaire sous forme de discussion sympathique, où 19 aîné·es sont questionné·es à propos de leur enfance, leurs expériences, leur carrière, leurs choix de vie. Les vidéos sont disponibles sur le site web et les réseaux de l'organisme, ainsi que sur CJAN en format balado.

Le **Bureau Estrien de l'Audiovisuel et du Multimédia** (Le BEAM), qui occupe l'ancienne église du village, propose un calendrier de concerts et d'événements culturels en tout genre. Le BEAM accueille également certaines activités de la FADOQ et a offert son espace pour la tenue du forum communautaire de la MADA. L'équipe est également ouverte à offrir un lieu de rencontre pour les aînés — *Pourquoi ne pas organiser des après-midi café-aîné dans la sacristie servant aujourd'hui d'espace communautaire de coworking ?*

[graphique] Sondage : Participations aux événements culturels du BEAM : 28% des répondant·es

La **bibliothèque de Saint-Adrien** offre une grande diversité de livres sur ses rayons et bénéficie des prêts de tous les livres du réseau BIBLIO du Québec. La bibliothèque propose aussi des activités pouvant intéresser les personnes aînées, comme des clubs de lecture, et représente une belle occasion de s'impliquer bénévolement.

Notons également les rencontres des **Apprentisseuses** qui s'amuse et s'initient autour de quelques métiers à tisser !

[tableau mentions spéciales] **Le court circuit d'art** auquel ont participé de nombreux artistes aîné·es de Saint-Adrien et **Culture aux aînés** qui, en collaboration avec la communauté, vise la participation et l'inclusion sociale des personnes aînées, par l'art et la culture afin d'améliorer le bien-être et la santé globale.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

En hiver, le **parc Serge Picard** offre une patinoire extérieure. On s'y rassemble pour patiner ou organiser des parties de hockey sur glace à la bonne franquette ! En été, un parc de balle molle est disponible. Quelques tournois y sont disputés pendant l'été. La communauté se rassemble également de façon informelle les dimanches de l'été pour jouer à la pétanque. Depuis 2021, la municipalité œuvre à l'aménagement d'un sentier de marche dans le parc. Des nombreux aîné·es de Saint-Adrien sont de grands adeptes de marche à pied !

Le **centre santé globale Odäina** offre aussi plusieurs activités et ateliers de bien-être : art du Chi, séances de relaxation, yoga, biodanza, falun dafa, etc. Et n'oublions pas la présence du **Champ de Tir de Saint-Adrien** — une autre façon de décompresser entre ami-es !

ENGAGEMENT CITOYEN

Le **Comité de développement de Saint-Adrien** a pour mission de faciliter l'émergence et la réalisation des initiatives de développement par et pour la communauté de Saint-Adrien. Son conseil d'administration, composé de citoyen·nes bénévoles, est fièrement multigénérationnel ! Le **comité des Loisirs de Saint-Adrien** offre également une opportunité de s'impliquer bénévolement pour notamment organiser des fêtes villageoises à Noël et à la Saint-Jean : de beaux moments de rassemblements intergénérationnels.

La cour arrière du BEAM abrite aussi le **Jardin pédagogique et communautaire de Saint-Adrien**. Tenu par des bénévoles, cet espace est destiné à l'apprentissage et la pratique du jardinage dans une ambiance de joie et d'entraide. Il s'agit d'un lieu privilégié pour favoriser un lien fort entre l'école primaire Notre-Dame-de-Lourdes et la communauté.

Plusieurs aîné·es de Saint-Adrien sont également membres des groupes charitables les **Filles d'Isabelle** et les **Chevaliers de Colomb**.

[tableau opportunité de bénévolat]

LES ESPACES EXTÉRIEURS ET BÂTIMENTS

Le **Centre communautaire** est le bâtiment principal à Saint-Adrien. Il abrite le bureau municipal, la salle du conseil, le guichet automatique de la Caisse Desjardins et le bureau de poste. La grande salle à l'étage accueille de nombreuses activités pouvant s'adresser aux aînés, dont les activités de la FADOQ. On peut y louer des locaux pour des cours, des ateliers, de l'artisanat ou des projections. Une cuisinette et des toilettes y sont disponibles. Le centre communautaire est aménagé pour permettre l'accès aux personnes à mobilité réduite grâce à une rampe d'accès à l'avant et un ascenseur à l'arrière pour atteindre les salles à l'étage et au sous-sol.

La **bibliothèque de Saint-Adrien** occupe un local à l'étage dans l'école primaire Notre-Dame-de-Lourdes.

Il existe plusieurs **bâtiments ouverts au public** à Saint-Adrien, abritant les entreprises et organismes du village.

Le **parc Serge Picard** offre des installations pour accueillir les activités sportives décrites plus tôt. Grâce à son éclairage et l'accès au chalet des loisirs pour y chausser les patins, on peut profiter de la patinoire même en soirée. Par contre, le chalet des loisirs a *besoin d'amour* et son accessibilité pourrait être améliorée. Notons aussi que l'amélioration de l'aménagement du parc municipal est en marche depuis quelques années, avec la rénovation de la patinoire (2019), la création d'un sentier pédestre (2021), la construction d'un nouvel abri en bordure du terrain de balle molle (2023) et la construction d'une Maison des jeunes jumelée au chalet des loisirs (2023).

Au cœur du village, les citoyen·nes peuvent se rassembler autour des tables à pique nique et à la **Place Desjardins** qui propose une halte à l'abri pour inciter les gens à prendre un temps de repos. Les **trottoirs** et l'**éclairage** des rues sont d'ailleurs limités au cœur villageois.

CHAMPS D'ACTION, ENJEUX ET OBJECTIFS DE LA POLITIQUE

1. Milieu de vie

L'habitation est une condition primordiale pour assurer le bien-être des aînés. Leur indépendance et leur qualité de vie dépendent de l'adéquation entre leur habitation et l'accès aux services de proximité. Le sentiment du « chez soi » se construit grâce aux interactions avec les autres (familles, amis, voisins, etc.), ainsi que par un environnement sécuritaire.

Au-delà du fait d'offrir des services et d'aménager les infrastructures qui répondent aux besoins des aînés, il importe de favoriser les occasions de solidarité entre pairs et entre les générations. Dans un milieu de vie, certains aspects sociaux contribuent à maintenir un sentiment d'appartenance. Par exemple, le respect mutuel et l'entraide, qui nourrissent le capital social d'un milieu, assurent un environnement social propice aux échanges, à la cordialité et à la formation de réseaux informels.

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- La possibilité pour un·e aîné·e de demeurer le plus longtemps possible à son domicile est très importante pour la population adriennoise et est étroitement liée à l'accessibilité des services de santé et des programmes sociaux.
- Les services offerts sont méconnus ou parfois difficiles d'accès, surtout pour les personnes qui ne sont pas à l'aise avec l'utilisation d'internet.
- On évoque l'importance « d'entretenir nos commerces » pour assurer le maintien de services de proximité et la nécessité de faciliter l'accès des aîné·es au Comptoir Saint-Vrac.
- Si on souhaite rester chez soi, il faut savoir comment adapter sa maison, et ce, avant qu'il ne soit trop difficile de le faire. Il existe des programmes d'adaptation des résidences qu'il faut diffuser en plus de sensibiliser la population à cet enjeu.
- Le projet de La Sage Maison est reçu avec beaucoup d'enthousiasme. Ce projet offre une alternative très intéressante pour les personnes devant quitter leur domicile inadapté tout en évitant le déracinement.
- « C'est difficile d'apprendre à demander de l'aide, d'avoir soudainement l'impression d'être un fardeau ». On note en ce sens l'importance de bénéficier de réseaux familial et amical de confiance et de créer des occasions d'échanges

pour favoriser des liens forts entre pair·es et entre générations. « Il faut créer une communauté où on se sent à l'aise pour exprimer ses besoins. »

Enjeu : Assurer la présence et la diffusion des services permettant de bien vieillir chez soi et favoriser les occasions de solidarité au sein de la communauté.

Objectifs :

- Améliorer l'accessibilité à l'information en assurant une diffusion adéquate des services d'aides à l'entretien des résidences, des programmes d'adaptation des résidences, des services de santé et des services sociaux auprès des aîné·es ;
- Faciliter l'accès aux services de proximité pour les aîné·es, dont le Comptoir Saint-Vrac ;
- Soutenir le projet de La Sage Maison et le développement de logements multigénérationnels à Saint-Adrien ;
- Favoriser la solidarité entre pair·es et entre les générations.

2. Transport et mobilité

Le transport correspond à un besoin élémentaire associé à l'indépendance, à l'autonomie et à la qualité de vie des personnes. L'accessibilité des transports

- collectifs et individuels;
- actifs, tels que la marche à pied ou le vélo;
- partagés, tel que le co-voiturage;

est un enjeu important pour les aînés. Ceux-ci doivent pouvoir se déplacer de façon appropriée et sécuritaire dans leur milieu de vie. [...]

Au-delà des moyens utilisés pour se déplacer, la mobilité d'un aîné signifie la possibilité de se rendre à destination selon ses engagements, ses occupations et ses activités, et ce, quels que soient le statut socioéconomique, le lieu d'habitation ou les aptitudes physiques et mentales de la personne. [...] Pouvoir se déplacer facilement constitue un déterminant de leur participation aux activités, mais aussi de leur santé.

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- « Tout est loin ! » En situation de ruralité, la voiture semble indispensable, et ce, même pour accéder aux services de proximité qui sont, somme toute, plutôt éloignés.
- Pour les aîné-es, les déplacements en voiture peuvent être moins aisés et provoquer de l'isolement. Ce qui se révèle d'autant plus problématique pour les personnes dont la famille est éloignée ou le cercle social limité.
- Il est nécessaire de changer de mentalité : le covoiturage n'est pas une perte d'autonomie, c'est une façon pratique de se déplacer qui peut améliorer notre qualité de vie. La question du transport collectif ou du covoiturage touche au milieu de vie, à l'isolement... C'est tout un tissu social qui est impliqué.
- L'entraide est importante. Le covoiturage est pratiqué de façon informelle entre pair-es, parmi toutes les générations adriennes. Des personnes âgées covoiturent pour se rendre à des rendez-vous médicaux. Plusieurs travailleur-es covoiturent également vers les centres urbains et conduisent des ados au secondaire. Il semblerait pertinent de concilier ces réseaux de covoiturage.
- La disponibilité des services de transports collectifs reste méconnue des aîné-es.
- La marche est une activité physique et sociale très importante pour les aîné-es de Saint-Adrien.

Enjeu : Favoriser l'accessibilité des transports qui répondent aux besoins des aîné-es.

Objectifs :

- Améliorer l'accessibilité à l'information sur le transport collectif ;
- Faciliter le covoiturage ;
- Encourager les déplacements actifs pour promouvoir le vieillissement actif.

3. Participation sociale

La participation sociale constitue un besoin élémentaire des personnes, notamment des aînés. Participer à la vie familiale, communautaire, culturelle, économique et politique de son milieu permet de maintenir des liens et de donner un sens à la vie, grâce au bénévolat, à l'engagement citoyen, à l'emploi et au mentorat.

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- Le sentiment d'être une communauté *tissée serrée* est partagé par plusieurs, et ce, même face aux nombreux changements des dernières années. Le sondage rapporte que 80% des aîné·es s'adaptent bien aux changements à Saint-Adrien. Certain·es notent même...
 - la vitalité qu'ils créent : « ça met de la vie à Saint-Adrien ! » ;
 - leur fierté : « on est *sur la carte* ! » ;
 - leur amour pour leur communauté et leur village ;
 - leur implication.
- Certain·es aîné·es ressentent parfois de la gêne face aux changements et ont de la difficulté à y trouver leur place. Il est nécessaire de tisser des liens intergénérationnels pour éviter l'isolement et favoriser une communauté solidaire, où tout le monde peut contribuer et se sentir valorisé·e.
- Les bénévoles sont très actifs à Saint-Adrien : bénévoles pour la FADOQ, La Meunerie, le Comptoir Saint-Vrac, auprès des enfants à l'école, membres de comités et de projets communautaires. Par contre, ce sont souvent les mêmes personnes qui font beaucoup, et celles-ci ne sont pas épargnées par l'épuisement des bénévoles.
- On note qu'il existe deux sortes de bénévolat, tous les deux aussi importants. Un *public*, qui est offert par des groupes organisés, et un autre, qui est plus invisible, *privé*, lorsque quelqu'un aide une autre personne, son voisin par exemple.

Enjeu : Favoriser la participation et l'engagement des aîné·es à la vie sociale.

Objectifs :

- Resserrer les liens sociaux et intergénérationnels ;
- Valoriser l'apport des aîné·es et encourager l'engagement bénévole.

4. Loisirs

Au quotidien, les loisirs contribuent à la qualité de vie de même qu'à la santé physique et mentale des aînés. Ces activités ont pour objet de créer un environnement social où les aînés sont actifs sur divers plans. Les préférences des aînés étant variées, il vaut mieux que les divers acteurs du loisir (municipalités, clubs et associations d'aînés, clubs de loisirs, entreprises privées) se concertent afin d'offrir une série d'activités diversifiées, bien distribuées sur le calendrier et adaptées aux aînés.

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- On souligne la diversité des activités et événements offerts à Saint-Adrien, mais également des freins à la participation des aîné·es :
 - méconnaissance de l'offre et des moyens de communication utilisés ;
 - coûts trop élevés ;
 - horaire (heures tardives) ;
 - choix des activités (manque d'intérêt) ;
 - disponibilité (manque de temps) ;
 - difficultés physiques ou problèmes de santé.
- Les activités se tiennent parfois dans des lieux qui sont aujourd'hui investis par une nouvelle génération. Il faut se sentir à l'aise pour participer à une nouvelle activité. Il est de notre ressort de trouver des façons créatives pour favoriser les échanges intergénérationnels.

Enjeu : Favoriser des loisirs qui contribuent à la participation des aîné·es et à la vitalité de notre communauté.

Objectifs :

- Favoriser l'utilisation d'une multitude de plateformes pour communiquer avec les aîné·es et améliorer l'accessibilité de l'information ;
- Identifier et adapter les activités et les événements à l'intention des aîné·es ;
- Inviter la participation des aîné·es dans l'organisation des activités.

5. Espaces extérieurs et bâtiments

Les environnements bâtis jouent un rôle important dans la santé, la participation et la sécurité des aînés. À l'échelle [...] des villages, le vieillissement des personnes dans le milieu où elles auront passé une bonne partie de leur vie n'est possible que si les [villages] répondent à leurs besoins en fonction de leurs capacités. Des espaces extérieurs et des édifices publics adaptés, sécuritaires et accessibles soutiennent ainsi la contribution et la participation sociale des aînés. Ils permettent d'expérimenter un milieu de vie qui réduit les obstacles et facilite les interactions sociales, bref qui constituent un milieu à échelle humaine.

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- Les espaces extérieurs et les bâtiments où se tiennent les activités peuvent être un frein à l'implication et à la participation des plus âgé·es et de ceux dont la mobilité est difficile. Ainsi, en plus de participer à la beauté de notre village, ces lieux doivent être conçus pour faciliter la participation et la vie active de toute la communauté.
- La préoccupation des trottoirs est récurrente. La marche est une activité très importante pour les aîné·es de Saint-Adrien. Il s'agit d'une activité à la fois physique et sociale. La majorité des personnes consultées ont noté être insatisfaits de l'entretien des trottoirs. De plus, se sentir en sécurité à l'extérieur nécessite des trottoirs et de l'éclairage adéquats. Il est suggéré de remplacer les trottoirs par un espace de marche-vélo partagé et d'améliorer l'éclairage des rues.
- En plus d'être « menacée » d'expulsion lorsque l'école aura besoin de son local pour en faire une salle de classe, il n'est pas aisé d'accéder à la Bibliothèque de Saint-Adrien puisqu'elle est située à l'étage sans ascenseur.
- La plupart des bâtiments ouverts au public à Saint-Adrien (notamment le BEAM, La Meunerie et le Comptoir Saint-Vrac) pourrait favoriser l'accessibilité universelle en installant, selon le cas, une rampe d'accès ou des lumières avec détecteur de mouvement.
- Faute de restaurant ou de café au village, les aîné·es expriment fortement leur désir d'avoir un lieu pour se rassembler de façon informelle.

Enjeu : Favoriser le développement d'infrastructures qui facilitent l'accès aux services locaux et le sentiment de sécurité des aîné·es.

Objectifs :

- Offrir des infrastructures qui favorisent le vieillissement actif et la sécurité des aîné·es ;
- Assurer l'accès aux services et aux commerces de proximité.

6. Santé et services sociaux

Les services de santé et les services sociaux de même que ceux des organismes sans but lucratif ou communautaires sont indispensables pour assurer la santé et l'autonomie des aînés. Une offre de soins et de services adaptés mis à la disposition des aînés nécessite [la

concertation des institutions publiques et des acteurs du milieu, des proches aidants, des organismes communautaires et le soutien de la communauté.]

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT pour la réalisation de la démarche MADA

Constat :

Selon la consultation menée auprès des aînés en 2022 :

- On souligne la diversité des services offerts à l'échelle de la MRC, autant pour les aîné·es que pour leurs proches aidant·es, mais également plusieurs freins à leur utilisation :
 - méconnaissance des services ;
 - distance des services ;
 - difficultés d'accès à de l'information ;
 - difficultés de remplir des formulaires.
- La proximité des services de santé et le recours à des personnes ressources de confiance sont des enjeux importants. Il semblerait pertinent d'explorer la possibilité d'avoir une ressource municipale pouvant orienter, informer et aider les personnes âgées dans leurs demandes de services.

Enjeu : Assurer l'accessibilité des services disponibles pour les aîné·es.

Objectifs :

- Améliorer l'accessibilité à l'information en assurant une diffusion adéquate des services de santé et des services sociaux auprès des aîné·es ;
- Faciliter l'accès pour les aîné·es aux services de santé et aux services sociaux.

FONDEMENT DE LA POLITIQUE

DÉFINITION DU TERME AÎNÉ·E

Quand devient-on un·e aîné·e ? Cette question semble simple, mais quand on y réfléchit, il est compliqué d'y répondre. Il n'existe pas de consensus reconnu quant à la définition exacte d'une personne aînée. Les aînés forment un groupe très hétérogène où chaque parcours de vie est unique.

« À Statistique Canada, toute personne qui atteint 65 ans entre d'office dans cette catégorie. Mais la société change, fait valoir [Jacques Légaré,] professeur émérite au

département de démographie de l'Université de Montréal. "Le seuil pour situer les aînés n'a plus tellement de sens tel qu'il est aujourd'hui. Dire que ce sont les 65 ans et plus qui sont les aînés, les vieux, c'est un peu factice." »

Source : <https://www.ledevoir.com/societe/132878/a-quel-age-est-on-vieux>

En effet, pour la Municipalité de Saint-Adrien, être aîné·e n'est pas seulement une question d'âge. Il s'agit plutôt d'un statut social qu'adoptent les plus âgé·es d'une communauté. Les personnes aînées sont définies par la richesse de leurs expériences de vie. Elles sont les porteuses de notre mémoire collective, elles sont les racines de la vie familiale et sociale. Elles portent des connaissances, des savoir-faire et des savoir-être de grande valeur qu'il importe d'apprécier et de partager. Lorsque le vieillissement les rend plus vulnérables, il est de notre devoir de prendre soin de nos aîné·es en répondant à leurs besoins spécifiques.

ÉNONCÉ DE MISSION

Semer des idées et des actions pour s'épanouir ensemble et participer à une communauté heureuse, chaleureuse et en santé, où règne une complicité intergénérationnelle.

VALEURS

La politique des aîné·es et son plan d'action reposent sur des valeurs que la communauté a identifiées lors du forum communautaire.

Respect : Accorder aux autres la même valeur qu'à soi-même.

Bienveillance : Vouloir, penser et agir pour le bien des autres en étant conscient.e de son environnement et des autres.

Écoute : Prendre le temps, sans jugement, pour offrir une écoute active et attentive, en aidant l'autre à s'exprimer et en s'assurant d'avoir bien compris ce qui devait être exprimé.

Entraide : Répondre aux besoins de sa communauté, lié·e par la solidarité, à la mesure de ses capacités.

PLAN D'ACTION TRIENNAL MADA

Champ d'action	OBJECTIFS	ACTIONS	Moyens envisagés	Responsables et partenaires	Année	Résultats attendus
Milieu de vie	A. Améliorer l'accessibilité à l'information en assurant une diffusion adéquate des services d'aides à l'entretien des résidences, des programmes d'adaptation des résidences, des services de santé et des services sociaux auprès des aîné-es	A.1. Informer et sensibiliser la communauté et les aîné-es par le biais de conférences, d'ateliers et de cercles d'échange.	A.1. Organiser les « Mercredis rencontres » à la salle communautaire.	FADOQ, Conseiller-e responsable des loisirs, Comité des loisirs de Saint-Adrien	2023	A. Les aîné.es ont une meilleure connaissance des programmes et des services disponibles.
		A.2. Partager le répertoire des services de la MRC offerts aux aînés.	A.2. Ajouter des informations au Marchons Ensemble. Ajouter une page de services aux aîné-es dans le Journal Adriennois. Créer un hyperlien simple sur le site de Saint-Adrien vers les ressources.	Comité de développement, agente de développement <i>Partenaire</i> : Le Journal Adriennois	2023	
	B. Faciliter l'accès aux services de proximité pour les aîné-es, dont le Comptoir Saint-Vrac.	B. Organiser des activités destinées aux aîné-es pour faciliter l'accès au Comptoir Saint-Vrac (porte ouverte, atelier de cuisine ou de germination, etc.).	B. Offrir une journée porte-ouverte une fois par an. Proposer une activité culinaire aux aîné-es.	Comptoir Saint-Vrac, Comité de suivi	2024	B. Les aîné.es peuvent aisément accéder aux services alimentaires de proximité.
	C. Soutenir le projet de La Sage Maison et le développement de logements multigénérationnels à Saint-Adrien.	C. 2 Évaluer la compatibilité des cadres réglementaire et du plan d'urbanisme avec le développement de logements multigénérationnels.	C.2. Adapter les règlements municipaux concernés si nécessaire.	Conseiller-e responsable du dossier réglementation <i>Partenaire</i> : Inspecteur-riche municipal	2024	
		D. Favoriser la solidarité entre pair-es et entre les générations.	D. Créer des occasions de rassemblements intergénérationnels.	D.1. Organiser le retour du Festival du bûcheron ou du Festival de la forêt	Conseiller-e responsable des loisirs, Comité des loisirs de Saint-Adrien, comité PDCN	2024
	D.2. Organiser des repas communautaires : <i>Mangeons ensemble.</i>					

Mobilité	A. Améliorer l'accessibilité à l'information sur le transport collectif.	A. Partager l'information sur le transport collectif.	A.1. Ajouter des informations au Marchons Ensemble, ajouter une page de services aux aîné-es dans le Journal Adriennois. Créer un hyperlien simple sur le site de Saint-Adrien vers les ressources.	Comité de développement, agente de développement <i>Partenaire</i> : Le Journal Adriennois	2023	A. Les aîné-es ont une meilleure connaissance du transport collectif.	
	B. Faciliter le covoiturage.	B. Concilier les réseaux de covoiturage au village.	B. Créer un outil facilitant les échanges entre les citoyens pour les opportunités de covoiturage.	Comité de suivi	2024	B. Les aîné-es bénéficient d'un meilleur accès aux réseaux de covoiturage.	
	C. Encourager les déplacements actifs pour promouvoir le vieillissement actif.	C.1. Déneiger les espaces de marche l'hiver.	C.1.1. Déneiger les espaces de marche l'hiver.		Municipalité	2024	C. Les aîné-es ont accès à des infrastructures et du matériel qui facilitent les déplacements actifs.
		C.2. Faciliter le développement des sentiers quatre saisons au cœur du village.	C.2.1. Faciliter le développement des sentiers quatre saisons au cœur du village.		Comité de suivi, Conseiller-e responsable des loisirs, agente de développement	2024	
	C.3. Acquérir des outils d'aide à la marche (bâtons de marche, crampons, dossards, lumières, bâtons, etc.) et identifier un lieu où les outils peuvent être mis à la disposition des aîné-es.	C.3.1. Acquérir des outils d'aide à la marche (bâtons de marche, crampons, dossards, lumières, bâtons, etc.) et identifier un lieu où les outils peuvent être mis à la disposition des aîné-es.		FADOQ	2023		
Participation sociale	A. Resserrer les liens sociaux et intergénérationnels	A. Établir un partenariat avec l'école NDL.	A. Offrir des ateliers en classe menés par les aîné-es : Partage ta passion, ton histoire, ta réalité. Construire des bacs surélevés au Jardin pédagogique et communautaire.	FADOQ, École NDL, Comité du Jardin pédagogique et communautaire de Saint-Adrien, Comité de suivi	2024	A. Les aîné-es et les enfants adriennois-es ont des occasions de se rencontrer et de partager.	
	B. Valoriser l'apport des aîné-es et encourager l'engagement bénévole.	B. Favoriser le maillage par le partage de répertoires de bénévoles.	B. Créer une banque de bénévoles et un réseau de communication d'opportunités pour les organismes à la recherche de bénévoles.	Comité de suivi, Comité des loisirs, Conseiller-e responsable des loisirs	2024	B. La Municipalité connaît une augmentation de l'implication bénévole de ses aîné-es et ceux.celles-ci ont une meilleure connaissance des personnes pouvant leur venir en aide bénévolement.	
Loisir	A. Favoriser l'utilisation d'une multitude de plateformes pour communiquer avec les aîné-es et améliorer l'accessibilité de l'information.	A.1. Faire connaître les activités disponibles dans la Municipalité et identifier celles qui peuvent s'adresser aux aîné-es. A.2. Améliorer les outils de	A.1. Créer et distribuer un calendrier d'activités. A.2. Bonifier les informations et la	FADOQ, Conseiller-e responsable des loisirs, Comité des loisirs, Comité de développement <i>Partenaire</i> : Le Journal Adriennois	2023	A. Les aîné-es ont une meilleure connaissance des activités offertes dans la Municipalité et ont accès à une information pertinente et lisible pour eux.elles.	

	<p>B. Identifier et adapter les activités et les événements à l'intention des aîné-es.</p> <p>C. Inviter la participation des aîné-es dans l'organisation des activités.</p>	<p>communication à la disposition des aîné-es.</p> <p>B.1 Identifier les adaptations qui devraient être faites pour faciliter l'accès aux activités (niveau d'intensité, aires de repos, places réservées, horaire, communications, etc.)</p> <p>B.2. Participer à la sensibilisation des entreprises et organismes.</p> <p>C. Impliquer des aîné-es dans le Comité des loisirs de Saint-Adrien.</p>	<p>présentation du Marchons Ensemble, ajouter une page de services aux aîné-es dans le Journal Adriennois. Créer un hyperlien simple sur le site de Saint-Adrien vers les ressources.</p> <p>B.1. Créer une liste de propositions pour adapter les activités.</p> <p>B.2. Partager la liste avec les entreprises et les organismes.</p> <p>C. Organiser un après-midi et/ou une soirée de jeux avec les jeux de la FADOQ : <i>Jouons ensemble</i>.</p>	<p>Comité de suivi</p> <p>FADOQ</p> <p>Comité des loisirs de Saint-Adrien, FADOQ</p>	<p>2024</p> <p>2024</p> <p>2024</p>	<p>B. Les aîné-es connaissent une augmentation de l'accessibilité aux activités.</p> <p>C. Les aîné-es sont au cœur de l'organisation d'activités au village.</p>
Espaces extérieurs et bâtiments	<p>A. Offrir des infrastructures qui favorisent le vieillissement actif et la sécurité des aîné-es.</p> <p>B. Assurer l'accès aux services et aux commerces de proximité.</p>	<p>A.1. Remplacer les trottoirs par un espace de marche-vélo partagé.</p> <p>A.2. Créer un espace de marche sécuritaire.</p> <p>A.3. Planifier le déménagement de la bibliothèque.</p> <p>A.4. Favoriser l'émergence d'un lieu de rassemblement intérieur (restaurant, café, etc.)</p> <p>B. Améliorer l'accessibilité de la Meunerie, du BEAM et du Comptoir Saint-Vrac (éclairage et rampe d'accès)</p>	<p>A.2. Baliser un sentier pédestre accessible en périphérie du village.</p> <p>B. Installer des rampes d'accès et des lumières avec détecteur de mouvement là où nécessaire.</p>	<p>Municipalité</p> <p>Municipalité</p> <p>Municipalité, Responsable de la bibliothèque</p> <p>Municipalité</p> <p>La Meunerie, Le BEAM, Comptoir Saint-Vrac, Comité de suivi</p>	<p>2025</p> <p>2024</p> <p>2025</p> <p>2025</p> <p>2024</p>	<p>A. Les aîné-es ont accès à des infrastructures sécuritaires qui favorisent l'augmentation de leur fréquentation.</p> <p>B. Les aîné-es peuvent aisément accéder aux services de proximité.</p>
Santé et services sociaux	<p>A. Améliorer l'accessibilité à l'information.</p>	<p>A.1. Informer et sensibiliser la communauté et les aîné-es par le biais de conférences, d'ateliers et de cercles d'échange.</p>	<p>A.1. Organiser les « Mercredis rencontres » à la salle communautaire.</p>	<p>FADOQ, Conseiller-e responsable des loisirs, Comité des loisirs de Saint-Adrien</p>	<p>2023</p>	<p>A. Les aîné-es ont une meilleure connaissance des programmes et des services disponibles.</p>

	<p>B. Faciliter l'accès aux services de santé et aux services sociaux.</p>	<p>A.2. Partager le répertoire des services de la MRC offerts aux aînés.</p> <p>B. Explorer les opportunités de partenariats avec les municipalités MADA voisines.</p>	<p>A.2. Ajouter des informations au Marchons Ensemble et ajouter une page de services aux aîné·es dans le Journal Adriennois. Créer un hyperlien simple sur le site de Saint-Adrien vers les ressources.</p> <p>B.1 Organiser une rencontre entre les municipalités MADA pour partager les plans d'actions. Solliciter les agent·es de développement ou les représentant·es de la MADA pour participer à la Table de Concertation des Aîné·es des Sources.</p>	<p>Comité de développement, agente de développement <i>Partenaire</i> : Le Journal Adriennois</p> <p>Comité de suivi <i>Partenaire</i> : Table de Concertation des Aîné·es des Sources</p>	<p>2023</p> <p>2024</p>	<p>B. L'émergence de collaborations significatives entre municipalités en ce qui concerne le dossier des aîné.es.</p>
--	--	--	--	--	-------------------------	---