



**Municipalité
amie des aînés**

**FAVORISER
LE VIEILLISSEMENT ACTIF
AU QUÉBEC**



Rédaction

Véronique Martin, M.A.
Conseillère
Secrétariat aux aînés
Ministère de la Famille et des Aînés

Coordination de l'édition

Steve Vallée
Conseiller en communication
Direction des relations publiques
et des communications
Ministère de la Famille et des Aînés

Collaboration à la rédaction

Suzanne Garon, Ph. D.
Chercheuse au Centre de recherche
sur le vieillissement du Centre de santé
et de services sociaux – Institut universitaire
de gériatrie de Sherbrooke (CSSS-IUGS)

Annie Savoie
Rédactrice
Direction des relations publiques
et des communications
Ministère de la Famille et des Aînés

Des remerciements sont adressés
à tous ceux et celles qui ont contribué
à l'élaboration de ce document
par leurs commentaires judicieux.

Conception graphique

Communication Publi Griffé

Consultation Web du document

Ce document est accessible dans le site
du ministère de la Famille et des Aînés
mfa.gouv.qc.ca

© Gouvernement du Québec
ISBN : 978-2-550-57513-9 (imprimé)
ISBN : 978-2-550-57514-6 (PDF)
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales
du Québec, 2009
Bibliothèque et Archives Canada, 2009



Table des matières

Mot de la ministre	3
Préambule	5
1 Introduction	7
1.1 Le vieillissement de la population	7
1.2 Un enjeu pour toutes les municipalités	8
1.3 Les personnes âgées : une clientèle hétérogène	8
1.4 L'importance d'adapter le milieu de vie	9
2 Vieillir en restant actif	11
2.1 Les composantes clés du vieillissement actif	12
3 Qu'est-ce qu'une municipalité amie des aînés?	15
3.1 Freiner l'âgisme	15
3.2 Adapter les politiques, les services et les structures	16
3.3 Agir de façon globale et intégrée	18
3.4 Favoriser la participation des personnes âgées	20
3.5 S'appuyer sur la concertation et la mobilisation des communautés	20
4 Une démarche en sept étapes	23
5 Pour passer à l'action : un soutien à la réalisation de la démarche Municipalité amie des aînés	25
6 Conclusion	26
Pour plus d'information	27
Bibliographie	28





Mot de la ministre

Avec une population qui vit plus longtemps que jamais, le Québec fait face à un défi démographique sans précédent. Contrairement aux idées reçues, la majorité des personnes âgées sont en pleine forme : près de 88 % des personnes de 65 ans ou plus vivent à la maison et sont autonomes.

Il nous faut donc promouvoir une vision qui correspond à la réalité des personnes âgées d'aujourd'hui. Il s'agit du VIEILLISSEMENT ACTIF. Ce principe favorise une participation constante des personnes âgées à l'évolution de leur communauté, de manière à ce qu'elles puissent continuer de s'y épanouir comme individus. Les personnes âgées maintiennent ainsi un sentiment d'utilité, mettent à profit leur expérience et parfois même acquièrent de nouvelles aptitudes. De plus, elles conservent un réseau social et évitent ainsi l'isolement.

Les municipalités sont parmi les premières instances concernées, car elles offrent des services de proximité qui ont une incidence directe sur la qualité de vie des personnes âgées.

Ce document de réflexion vise à expliquer le concept de vieillissement actif ainsi que l'outil extraordinaire que constitue la démarche Municipalité amie des aînés (MADA). Cette démarche est une façon très concrète pour les municipalités d'adapter leur milieu de vie à la réalité des aînés et d'encourager le vieillissement actif. Ces dernières sont d'ailleurs étroitement associées au processus. C'est un élément essentiel pour que la démarche soit un succès.

En tant que ministre responsable des Aînés, j'invite les municipalités à se prévaloir du soutien financier offert afin d'adhérer à la démarche MADA. Le but est d'obtenir des résultats concrets pour les personnes âgées en amenant tous les acteurs de la communauté à travailler ensemble.

Au bout du compte, il s'agit de se mobiliser autour d'un même objectif : créer des milieux de vie où il fait bon vieillir !

Je tiens à remercier les chercheuses Marie Beaulieu et Suzanne Garon, la professionnelle de recherche Anne Veil ainsi que toute leur équipe du Centre de recherche sur le vieillissement du Centre de santé et de services sociaux – Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke (CSSS-IUGS). Ces personnes ont contribué à l'implantation de la démarche MADA au Québec, tant par leur travail de recherche que par le soutien et les conseils prodigués aux différentes municipalités qui ont adhéré à cette démarche dans le cadre de projets pilotes.



Marguerite Blais
Ministre responsable des Aînés





*« Ce n'est pas toujours facile,
des fois je me dis qu'il
faudrait avoir des services
pour les aînés, pour les aider
à vivre plus longtemps dans
leur milieu, leur maison
et leur quartier. »*

– Aînée consultée lors des projets pilotes

*« Moi, je suis moins
intéressé à ce qu'on me
reconnaisse pour ce que
j'ai fait, que pour ce que
je suis encore capable de faire.
On est encore capables de faire
des choses. J'aime mieux
me projeter en avant. »*

– Aîné consulté lors des projets pilotes



Préambule

Le 1^{er} octobre 2007, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a lancé le *Guide mondial des villes-amies des aînés*, à la suite d'un vaste projet de recherche qui a été mené dans 33 villes à travers le monde. Cet outil permet de poser un regard sur le vieillissement actif et sur les diverses façons d'adapter nos milieux de vie aux besoins des aînés.

La ministre responsable des Aînés, Marguerite Blais, a décidé de s'engager dans cette voie en 2008, en soutenant une expérimentation dans six municipalités et une municipalité régionale de comté (MRC), avec la collaboration du Centre de recherche sur le vieillissement du Centre de santé et de services sociaux – Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke (CSSS-IUGS). Ces projets pilotes (Drummondville, Granby, Rimouski, Rivière-du-Loup, Sherbrooke, arrondissement de Charlesbourg et MRC de Témiscamingue), qui dureront jusqu'en 2013, permettront d'évaluer les meilleures façons d'adapter les politiques, les services et les structures à la réalité des personnes âgées.

La démarche villes-amies des aînés est devenue Municipalité* amie des aînés (MADA) au Québec, et elle connaît de plus en plus de succès. D'autres municipalités se sont engagées dans une démarche similaire à celle mise en avant dans les projets pilotes. Aussi, afin d'encourager cet élan, le gouvernement du Québec a annoncé l'attribution d'une somme annuelle de **un million de dollars**, lors du discours du budget 2009-2010, afin d'encourager davantage de municipalités à aller dans le même sens. D'ailleurs, le ministère de la Famille et des Aînés a renouvelé son partenariat avec le Carrefour action municipale et famille afin que ce dernier puisse accompagner les municipalités dans une telle démarche, soit à l'intérieur d'une formule bonifiée du Programme de soutien aux politiques familiales municipales et à la démarche Municipalité amie des aînés.

Le présent document constitue un outil de réflexion pour les pouvoirs publics municipaux qui désirent améliorer les conditions de vie de leurs citoyennes et citoyens âgés et favoriser le vieillissement actif. Il aidera à effectuer une réflexion préalable menant à la réalisation de la démarche MADA. Ce document peut aussi être utile aux organisations qui souhaitent contribuer à cette démarche et faire de leur milieu un lieu plus accueillant et accessible pour les personnes âgées, notamment le milieu associatif, les organismes communautaires, le secteur privé et les associations de citoyens.

* Afin de représenter l'ensemble de ces instances, le terme de *municipalité* a été retenu, ce dernier désignant au Québec les municipalités régionales de comté et les municipalités locales telles que les villes et les villages.





Introduction

1.1 Le vieillissement de la population

Les Nations Unies estiment qu'en 2050, les personnes de plus de 60 ans excéderont en nombre les jeunes de moins de 15 ans. Le Québec n'échappera pas à ce vieillissement de la population. En effet, si les tendances démographiques des dernières décennies se maintiennent, le Québec connaîtra un vieillissement de la population plus rapide que l'ensemble des pays développés, y compris le reste du Canada. En fait, seul le Japon présente une évolution démographique plus rapide que la nôtre. Selon les dernières données de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ)¹ :

- La population du Québec compterait, en 2056, 1,6 million de personnes de plus qu'en 2006, alors que l'effectif des aînés aura augmenté à lui seul de 1,5 million. Les aînés verraient ainsi leur poids démographique passer de 14 % en 2006 à 28 % en 2056;
- Le Québec pourrait compter 19 000 centenaires en 2056, comparativement à un peu plus de 1 000 en 2006;
- La structure par âge à l'intérieur même de la population des 65 ans ou plus va être amenée à se modifier. En effet, la proportion des 75-89 ans connaîtra une hausse spectaculaire en passant de près de 232 000 en 1986 à 1,2 million en 2056, surpassant ainsi celle des 65 à 74 ans, qui seront alors 1,1 million. Les 90 ans ou plus devraient, quant à eux, voir leur nombre multiplié par 8 dans 50 ans pour s'établir à 323 300 en 2056, et leur proportion parmi les aînés bondir de 4 à 13 %.

Cette croissance de la proportion des aînés au Québec s'explique par deux phénomènes :

- 1** L'allongement de l'espérance de vie : entre 1931 et 2006, l'espérance de vie est passée de 56,2 ans à 78,3 ans chez les hommes, et de 57,8 ans à 83,0 ans chez les femmes². Selon les projections effectuées par l'ISQ, en 2051, l'espérance de vie devrait atteindre 85,5 ans pour les hommes et 89,0 ans pour les femmes³.
- 2** Une diminution de la natalité depuis 1950 : malgré une hausse consécutive du nombre de naissances depuis les 6 dernières années, l'indice de fécondité (nombre moyen d'enfants par femme), estimé à 1,74, demeure sous le seuil de renouvellement des générations fixé à environ 2,1 dans les pays développés. Tant que ce seuil n'est pas atteint, tout au plus peut-on espérer retarder de quelques années le moment où la part des aînés dépassera celle des personnes en âge de travailler.

Cette transformation démographique est d'une telle importance que notre société se trouve devant un défi collectif sans précédent. Des changements majeurs sont à prévoir dans tous les secteurs d'activité si nous voulons nous adapter à cette nouvelle réalité. Ces changements doivent à la fois permettre de faire participer pleinement les aînés au développement du Québec et aussi permettre au Québec de maintenir son développement économique, social et culturel.

1 - Institut de la statistique du Québec, 2009.

2 - Institut de la statistique du Québec, 2009; L. Duchesne, 2005.

3 - Institut de la statistique du Québec, 2009.

1.2

Un enjeu pour toutes les municipalités

L'adaptation au vieillissement de la population constituera un défi particulièrement important pour les municipalités rurales. L'absence d'action à cet égard pourrait provoquer un exode des aînés vers les villes centres lorsque les besoins se feront plus pressants dans certaines situations, comme la difficulté pour une personne aînée d'entretenir une maison devenue trop grande, la perte du conjoint, la détérioration de l'état de santé. Il est possible de retarder ce moment en développant une gamme de ressources et de services appropriés.

De leur côté, les grands centres urbains devront nécessairement adapter leurs services, puisque le nombre de personnes aînées va continuer d'y croître. Cela dit, au cours des vingt prochaines années, toutes les municipalités du Québec, les grandes villes comme les municipalités rurales, connaîtront une hausse importante du nombre des personnes âgées de 65 ans ou plus.

Pour en connaître davantage sur les effets qu'aura le vieillissement démographique sur le monde municipal, vous pouvez consulter le rapport réalisé en 2004 par le ministère des Affaires municipales, du Sport et du Loisir intitulé *Les effets du vieillissement de la population québécoise sur la gestion des affaires et des services municipaux*⁴ que vous pouvez obtenir en ligne (mamrot.gouv.qc.ca).

1.3

Les personnes aînées : une clientèle hétérogène

Il y a 87,5 % des personnes aînées qui vivent à domicile. Une bonne partie d'entre elles, en bonne santé, sont pleinement autonomes et peuvent vaquer à toutes les formes d'activités qui leur plaisent. D'autres ont commencé à perdre des habiletés motrices et ont besoin de proches aidants ou de services pour demeurer à domicile. Il y a des aînés qui pourront compter sur un revenu leur permettant de profiter pleinement des activités qui leur sont offertes et d'autres qui vivront des situations de pauvreté. Enfin, certains pourront compter sur la présence de leur conjoint ou de leurs enfants, alors que d'autres traverseront la vieillesse dans la solitude.

Les personnes aînées forment ainsi une clientèle hétérogène. Il faut tenir compte de ces caractéristiques individuelles afin d'être en mesure d'adapter les services et les infrastructures aux réalités et aux conditions de vie de l'ensemble des personnes aînées.

*« Moi, je demeure avec
mon épouse à la maison.
Ça fait plusieurs années
qu'on a la maison.
Ce n'est pas une maison neuve,
mais elle est très confortable
et puis on fait l'entretien à deux.
[...] Tant qu'on va avoir
la santé, on va demeurer là.
[...] Même si on n'est pas
au centre-ville, on est libres [...].
Chez nous, on sent une liberté. »*
– Aîné consulté lors des projets pilotes

1.4

L'importance d'adapter le milieu de vie

À l'automne 2007, lors de la consultation publique sur les conditions de vie des aînés, coprésidée par la ministre responsable des Aînés, Marguerite Blais, les participants ont souligné la nécessité d'offrir des services et d'aménager des infrastructures qui répondent à leurs besoins. À titre d'exemples, mentionnons la disponibilité d'un logement adapté, la présence d'un soutien social, un aménagement urbain et un transport public adapté, une offre d'activités variées.

Les personnes aînées doivent vivre dans un environnement qui leur permet de continuer à mener une vie active. Le **Guide mondial des villes-amies des aînés**⁶ ainsi que la **Feuille de route des dispositifs fondamentaux des villes-amies des aînés**⁷ réalisés par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) propose des façons d'adapter les villes aux besoins des aînés. Le gouvernement canadien a également produit un document à l'intention des collectivités rurales : **Initiative des collectivités rurales et éloignées amies des aînés : un guide**⁸.

Les trois documents sont accessibles en ligne aux adresses suivantes :

who.int/fr

phac-aspc.gc.ca

« Je trouve que ce serait avantageux [d'avoir des commerces dans le quartier].

Plus on vieillit, plus on aime avoir les choses autour de soi, à proximité.

Les grands magasins que l'on éloigne énormément du centre-ville, ce n'est pas avantageux pour les gens âgés. »

– Aîné consulté lors des projets pilotes



6 - Organisation mondiale de la Santé, 2007a.

7 - Organisation mondiale de la Santé, 2007b.

8 - Groupe de travail sur le vieillissement en santé et le mieux-être du Comité fédéral-provincial des hauts fonctionnaires responsables des aînés, 2007.





Vieillir en restant actif

Le vieillissement actif encourage une participation constante à la vie sociale, économique, culturelle, intellectuelle et civique.

Par exemple :

- une présence ininterrompue sur le marché du travail ou la réintégration en emploi;
- une participation active à la vie de la collectivité, y compris par l'exercice d'activités bénévoles et non rémunérées;
- une participation à la vie familiale, ce qui inclut les soins prodigués à autrui et la possibilité de rester chez soi le plus longtemps possible;
- la pratique de loisirs actifs, qu'il s'agisse de découvrir de nouveaux centres d'intérêt, de pratiquer un sport, de faire des voyages ou d'exercer des activités créatives.

Selon l'OMS, « vieillir en restant actif » est le processus qui aide à optimiser les possibilités non seulement de **participation**, mais aussi de **bonne santé** et de **sécurité** afin d'accroître la qualité de vie pendant la vieillesse.

Des aînés actifs appuient leur communauté tout en continuant de se développer comme individus. La mise en place des conditions qui permettent ce vieillissement actif est donc bénéfique sur plusieurs plans :

- la société tire ainsi un bénéfice de l'évolution démographique lorsque les aînés participent plus activement à son développement;

- les aînés qui participent ou retrouvent des possibilités de participation maintiennent leur utilité ou leur sentiment d'utilité, découvrent de nouvelles aptitudes, conservent un réseau social, brisent leur isolement et acquièrent une meilleure estime d'eux-mêmes.

La notion de vieillissement actif s'applique à l'ensemble des personnes aînées, peu importe leur condition physique. Toutes et tous peuvent ainsi continuer à apporter une contribution à leur famille et à leur communauté.

*« Moi, je trouve que sortir
de chez nous, c'est comme
un bon médicament.
[...] tu vois des gens,
puis t'entends jaser un peu,
[...] c'est une bonne pilule! »*

– Aînée consultée lors des projets pilotes

Pour plus de renseignements sur le concept du vieillissement actif, vous pouvez consulter le cadre d'orientation « Vieillir en restant actif⁹ » de l'OMS, téléchargeable à partir du site suivant : who.int/fr



2.1

Les composantes clés du vieillissement actif

SANTÉ

Le volet santé ne doit pas se concentrer sur les soins de santé (le curatif), mais plutôt sur l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie, en ayant un mode de vie actif et stimulant (la prévention/promotion), c'est-à-dire pratiquer régulièrement des activités de loisir comprenant une participation à des activités physiques, récréatives, sociales, culturelles et intellectuelles.

PARTICIPATION

La participation renvoie à toute activité, rémunérée ou non, qui permet à la personne aînée de pleinement contribuer à la vie familiale et communautaire, par exemple des activités citoyennes, de bénévolat, de formation continue ou encore associées au développement économique (emploi).

SÉCURITÉ

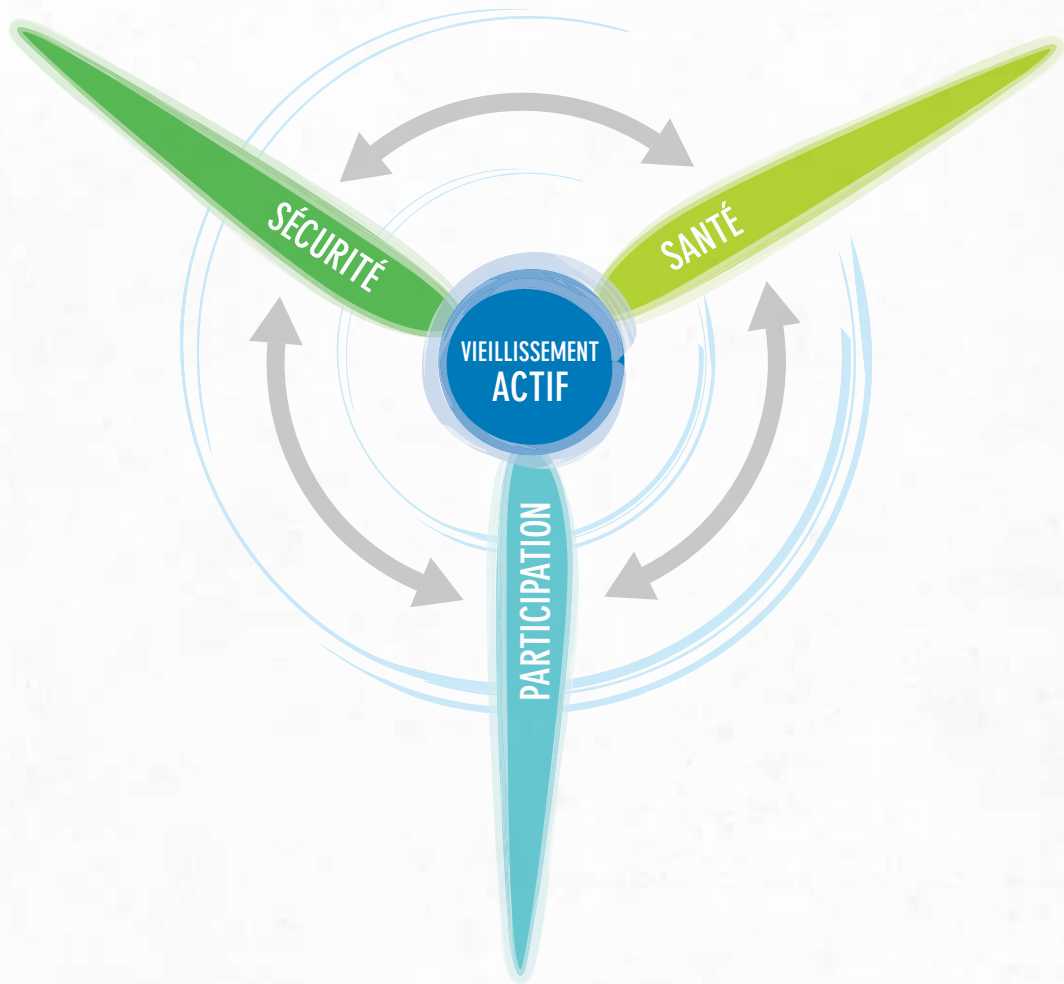
La sécurité permet d'assurer la protection et la dignité des personnes aînées en répondant à leurs besoins et en respectant leurs droits. Ce concept couvre aussi la sécurité des lieux physiques, par exemple la présence d'un éclairage approprié et des trottoirs bien entretenus, et le sentiment de sécurité ressenti par les aînés. Celui-ci sera accru si on réalise entre autres des activités de sensibilisation et diffuse de l'information dans le but de diminuer l'impression d'insécurité que peuvent éprouver des personnes aînées dans certains lieux publics.

Selon l’OMS, en élaborant des politiques et des programmes sous l’angle de « vieillir en restant actif », on se donne la possibilité de relever les défis du vieillissement des individus, mais aussi des populations. Ainsi, déployer des politiques et des programmes favorables à un vieillissement

actif, c’est reconnaître qu’il faut non seulement continuer à modifier les comportements et promouvoir l’adoption d’un mode de vie actif, mais aussi favoriser l’émergence d’environnements qui encouragent la participation active des personnes âgées.

Sentiment de sécurité
Habitation sécuritaire
Environnement sécuritaire

Activités physiques et récréatives
Activités de stimulation
Saines habitudes de vie



Emploi
Bénévolat
Participation citoyenne
Participation à la vie familiale





Qu'est-ce qu'une municipalité amie des aînés?

Une municipalité qui se soucie des besoins des personnes aînées est une municipalité qui :

- met un frein à l'âgisme;
- sait adapter ses politiques, services et structures;
- agit de façon globale et intégrée;
- favorise la participation des personnes aînées;
- s'appuie sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté.

3.1 Freiner l'âgisme

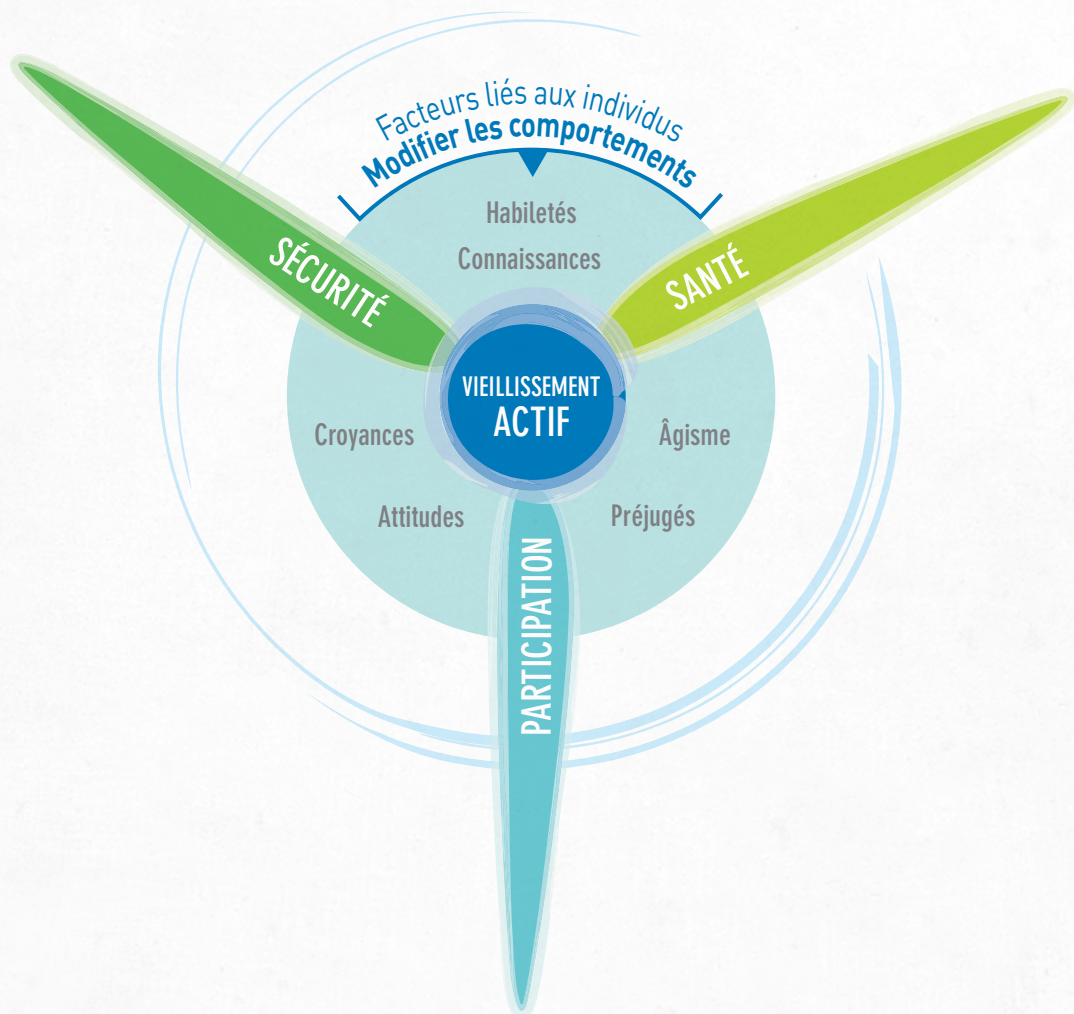
Il est essentiel de mettre un frein à l'âgisme toujours présent dans notre société, car il constitue un obstacle important au vieillissement actif. L'âgisme est une forme de discrimination fondée sur l'âge chronologique ou l'âge présumé. L'un des mythes de la vieillesse consiste à dire que c'est une période de la vie où il est trop tard pour adopter un mode de vie actif, qu'à un âge avancé, il vaut mieux se reposer et laisser la place aux plus jeunes. Au contraire, il est très bénéfique pour les personnes aînées de continuer à adopter de saines habitudes de vie et de pratiquer des activités stimulantes, qu'elles soient rémunérées, bénévoles ou effectuées comme loisirs. Les aînés qui participent ou retrouvent des possibilités de participation maintiennent leur utilité ou leur sentiment d'utilité, développent leurs aptitudes, évitent de se retrouver isolés et acquièrent une meilleure estime d'eux-mêmes.

« Il y a autant de façons de vieillir qu'il y a de personnes qui vieillissent. Il n'existe pas de formule indiquant comment vieillir ou ce que réservera le vieillissement. La plupart des aînés sont encore en santé et mènent une vie active, et cela devrait constituer la norme. Les suppositions négatives faites au sujet du vieillissement peuvent limiter la participation active de ces groupes. La retraite obligatoire en est un exemple éloquent¹⁰. »

« Dans notre société, on a peur de nous. Un vieux, ça radote, c'est toujours dans le passé. Je suis étonné de l'image. Moi, j'aime travailler avec le monde. Je rencontre des jeunes qui me disent : "Monsieur, si tous les aînés étaient comme vous, j'aimerais ça devenir un aîné." Je pense que ça, c'est ce qu'il faut combattre. [...] Il y a une mauvaise perception des aînés. »

— Aîné consulté lors des projets pilotes

Afin de freiner l'âgisme, les municipalités peuvent intervenir notamment par des activités de sensibilisation ou de diffusion d'une image favorable des aînés, permettant ainsi de modifier les comportements et les perceptions (croyances, attitudes, connaissances).



3.2 Adapter les politiques, les services et les structures

Dans une municipalité amie des aînés, les politiques, les services et les structures qui touchent l'environnement sont conçus pour soutenir les aînés et pour les aider à vieillir en restant actifs.

Ceux-ci peuvent notamment assurer une plus grande mobilité des personnes âgées.

À titre d'exemples :

- les espaces verts et les bancs publics sont assez nombreux, bien entretenus et placés dans des secteurs sûrs;
- les passages pour piétons sont en nombre suffisant, antidérapants et bien adaptés à divers types d'invalidités;
- un service de transport bénévole est disponible dans les zones où les transports publics sont limités ou absents.

Ces politiques, services et structures peuvent aussi favoriser la participation des personnes âgées à des activités et à la vie municipale.

À titre d'exemples :

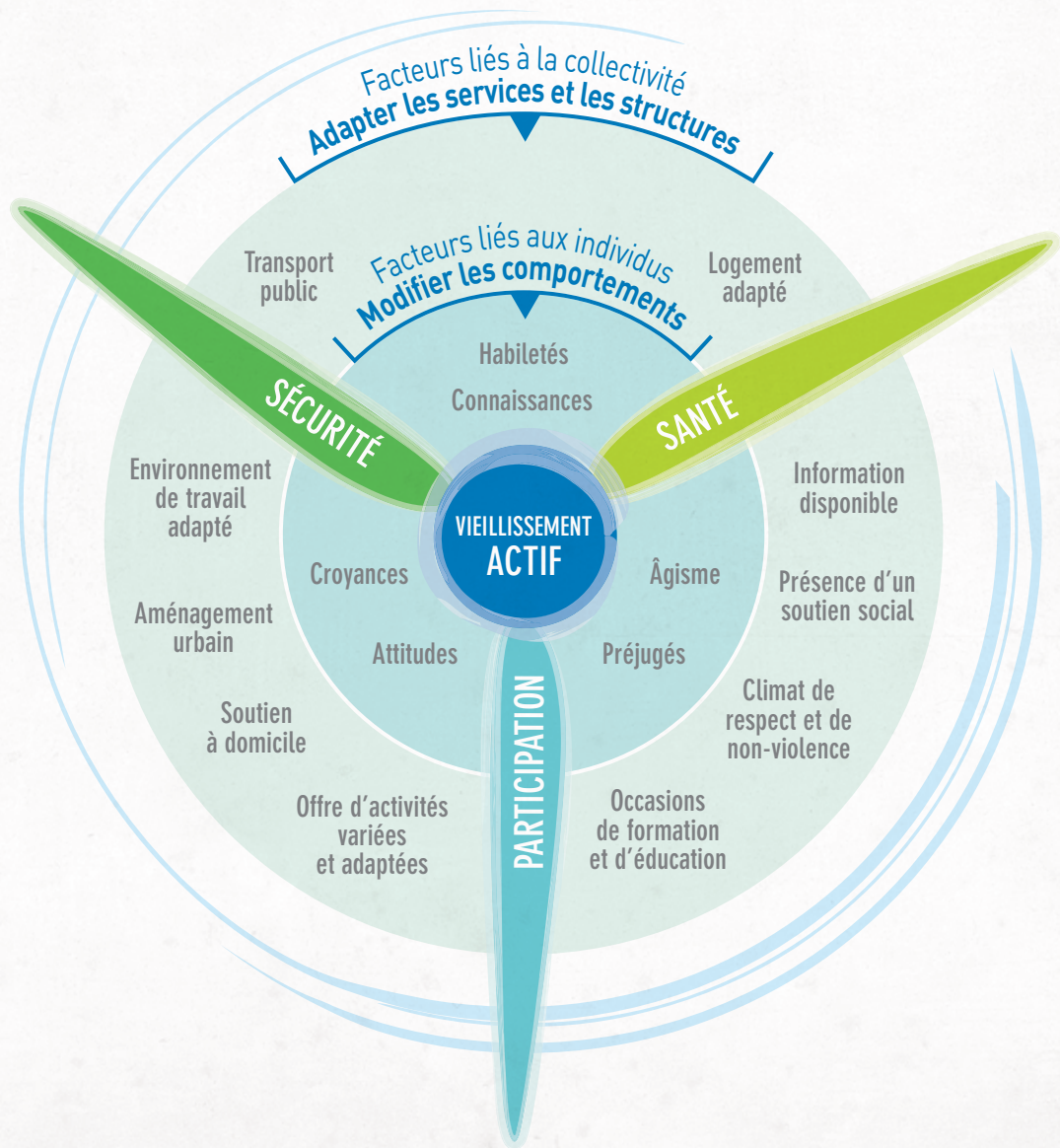
- un large éventail d'activités est proposé afin de répondre aux besoins des diverses clientèles : 55-65 ans, 65-75 ans et 75 ans ou plus;
- une gamme d'options flexibles est offerte pour les bénévoles d'un certain âge, avec formation, valorisation et reconnaissance de leur engagement, conseils et indemnité pour les frais personnels;

- un soutien financier et logistique récurrent est offert aux groupes d'aînés actifs dans la communauté;
- les personnes âgées sont intégrées dans des activités communautaires dites familiales;
- les personnes âgées sont invitées à participer aux consultations publiques.

« La journée, je vais faire du conditionnement physique au centre communautaire [...] et je fais du bénévolat puis je vais à la bibliothèque. Et l'été, bien, je fais de la bicyclette. Je fais des marches [...]. »

– Aîné consulté lors des projets pilotes

Voici quelques facteurs liés à la collectivité qui permettent de mieux adapter les services et les structures et qui favorisent le vieillissement actif.



L'agencement des services et des structures permet également de mieux desservir les personnes âgées. Il s'agit :

- des normes, des règlements et des politiques qui favorisent la participation des aînés. Par exemple, l'adoption d'une politique de tarification avantageuse permettant d'offrir des activités et des spectacles abordables aux personnes âgées plus démunies ou encore une politique de déneigement qui place en priorité le quartier à forte densité de personnes âgées;
- d'une meilleure organisation des services offerts aux personnes âgées afin de les rendre plus accessibles. Par exemple, une entente de services conclue entre la municipalité, les organismes communautaires et le centre de santé et de services sociaux (CSSS) permettant une meilleure concertation au bénéfice des usagers âgés;
- d'une meilleure diffusion de l'information et de la promotion des services offerts aux personnes âgées. Par exemple, les renseignements sont imprimés en grosses lettres et l'information est rédigée en termes simples et familiers.

« Dans les grands magasins [...], les quincailleries, ce sont des hommes à la retraite qui ont recommencé [à travailler]. Dans les centres de jardins, vous avez plusieurs dames de 60 et 70 ans. C'est comme si c'était une façon de communiquer ton expertise à d'autres générations, [...] c'est une promotion sociale de faire cela. »

– Aîné consulté lors des projets pilotes

Il va sans dire que les besoins varient d'une municipalité à l'autre. Ainsi, les défis auxquels les municipalités situées en milieu urbain font face sont forcément différents de ceux des municipalités du milieu rural, où la population est dispersée sur un vaste territoire.

3.3

Agir de façon globale et intégrée

Une municipalité qui se soucie des besoins des aînés doit intervenir sur plusieurs facteurs liés les uns aux autres. Il devient ainsi important d'adapter les politiques publiques et les programmes pour que ceux-ci favorisent davantage le vieillissement actif et pavent la voie à une action locale et régionale plus concertée en faveur des aînés.

À cet effet, plusieurs domaines de l'intervention municipale sont touchés par le vieillissement actif. Ce sont les représentants de tous ces secteurs (transport, urbanisme, vie communautaire, etc.) qui devront travailler ensemble, et avec les personnes âgées, afin de trouver des solutions viables.

Une vision intégrée permet de se soucier des générations actuelles et futures de personnes âgées. Par exemple, une municipalité rurale qui réussit à garder ses familles sur son territoire et à en attirer d'autres s'assure, à moyen et à long terme, d'une vitalité qui lui permettra de conserver certains services dont profiteront les jeunes comme les personnes âgées.

LES DOMAINES D'INTERVENTION MUNICIPALE

Le volet territorial

- les espaces extérieurs et les bâtiments
- le transport
- l'habitation
- la sécurité publique

Le volet social

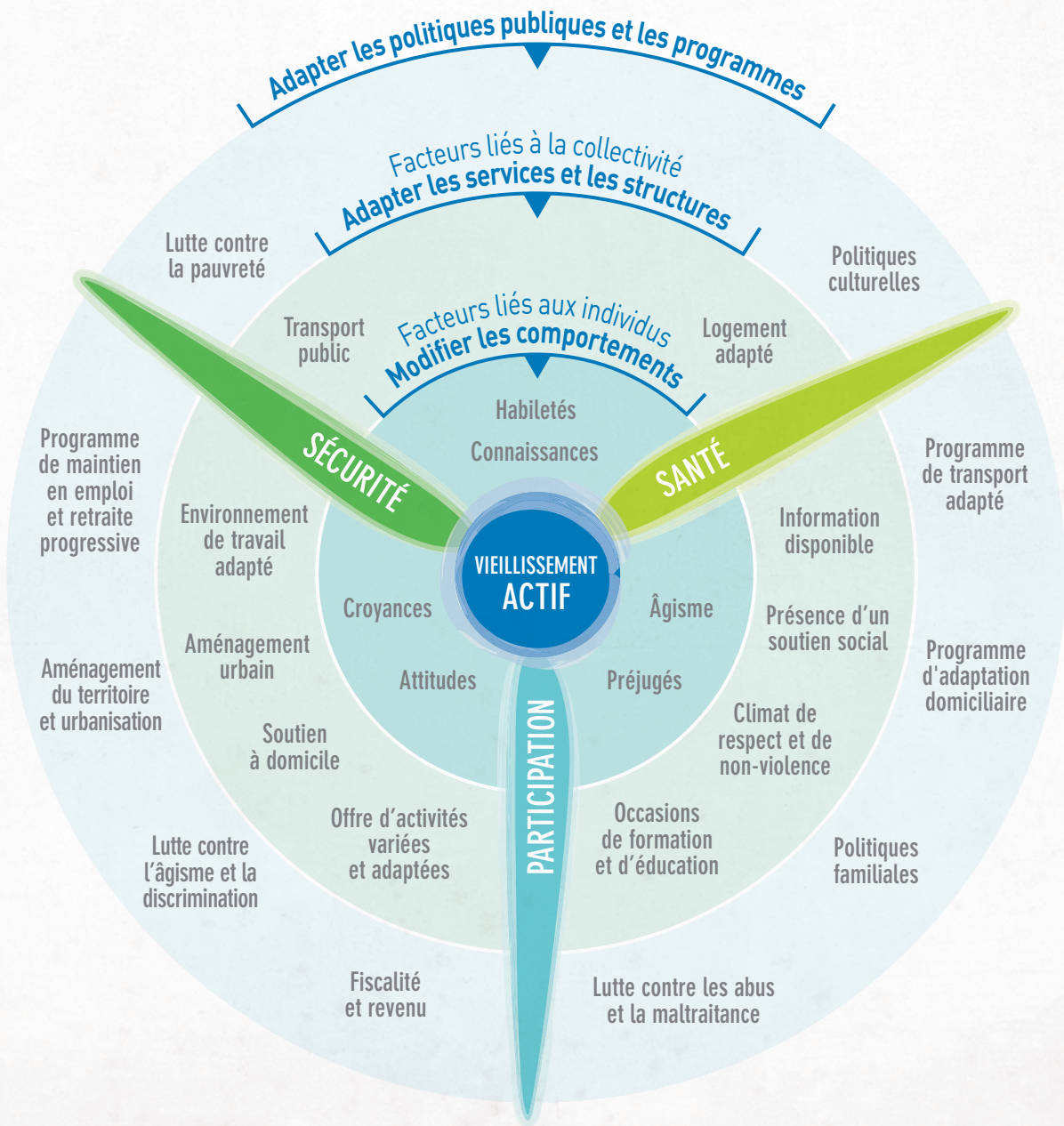
- la participation sociale et citoyenne
- le respect et l'inclusion sociale
- la vie communautaire et le loisir
- la culture
- l'information et la communication
- la gouvernance

Le volet économique

- l'emploi
- la vie économique

LE VIEILLISSEMENT ACTIF : MODÈLE D'INTERVENTION MULTIFACTORIEL

En résumé, une municipalité doit intervenir sur plusieurs facteurs liés autant aux individus qu'à la collectivité afin de favoriser le vieillissement actif. Ces facteurs présentent des éléments en commun et doivent être mis en interaction afin d'en optimiser les effets.



3.4

Favoriser la participation des personnes âgées

L'OMS défend l'idée qu'il faut, dès le départ, connaître les besoins des aînés et leur laisser la chance de s'exprimer. La méthode de groupes de discussion est particulièrement intéressante parce qu'elle donne accès aux perceptions des premiers acteurs concernés par une réalité complexe, ce qui n'est pas toujours possible avec d'autres méthodes de collecte d'information. Elle permet aussi de connaître la vision de celles et ceux qui sont plus isolés et qui ne participent habituellement pas aux audiences publiques. La démarche se fonde sur l'expérience vécue par les aînés quant à ce qui est ou n'est pas adapté à leurs besoins et quant aux améliorations à apporter pour créer un milieu qui leur soit plus favorable. De plus, une municipalité amie des aînés sait stimuler l'engagement communautaire et la participation citoyenne des personnes âgées à toutes les étapes de déploiement d'un projet. Ainsi, le projet est non seulement réalisé POUR les aînés mais aussi AVEC eux.

« Le vieillissement actif vise à éliminer la discrimination fondée sur l'âge et à faire prendre conscience de la diversité des populations âgées. Il est indispensable que les personnes âgées et ceux [sic] qui s'occupent d'elles participent activement à l'élaboration, la mise en œuvre et l'évaluation des politiques, programmes et activités de développement des connaissances liées au vieillissement actif¹¹. »

« Pour moi, [le bénévolat] c'est la suite du travail, cela me permet de faire profiter de mon expertise. Tout ce que j'ai comme habiletés n'a pas disparu avec mon dernier chèque de paie. »

— Aînée consultée lors des projets pilotes

3.5

S'appuyer sur la concertation et la mobilisation des communautés

Comme le terme de *municipalité amie des aînés* l'indique, la municipalité est placée au cœur de la démarche de concertation et doit agir en tant que catalyseur des forces du milieu. Elle doit amener toute la communauté à participer à la construction d'un milieu de vie plus accueillant pour ses personnes âgées. Elle devra donc entreprendre un processus de mobilisation des acteurs clés de différents secteurs ainsi que des citoyens aînés eux-mêmes. Si la démarche proposée vise à adapter les politiques, les services et les structures aux besoins des personnes âgées, elle vise aussi à améliorer la vie démocratique. En ce sens, il importe de travailler avec les acteurs locaux de la communauté. C'est ce qu'il est convenu d'appeler la « mobilisation de la communauté ».

On peut définir la mobilisation des communautés comme un processus global par lequel les forces vives d'une communauté se regroupent pour agir ensemble à la réalisation d'un objectif ou d'un projet commun¹².

La mobilisation des communautés doit reposer sur un ensemble de principes dont les suivants :

- une vision commune des besoins et des stratégies pour réussir le changement souhaité;
- des mécanismes de participation communautaire qui permettent de consulter les organismes ainsi que la population et de les faire participer à tout projet ou démarche en cours;
- la mise en place de partenariats intersectoriels permettant le partage des enjeux et des ressources¹³.

La municipalité ne travaille donc pas seule, elle peut compter sur l'appui des acteurs locaux de la santé, des organismes communautaires, du milieu associatif et des organismes privés. La mobilisation de la communauté implique, dans bien des cas, de réunir des personnes qui ne sont pas habituées à travailler ensemble. Il faut donc se laisser le temps de s'approprier les uns les autres. Les alliances ainsi créées contribueront à la pérennité des actions.

« Pour que "vieillir en restant actif" devienne une réalité, il faudra agir dans toutes sortes de secteurs outre ceux de la santé et des services sociaux, et notamment dans les domaines de l'éducation, de l'emploi et de la main-d'œuvre, des finances, de la sécurité sociale, du logement, des transports, de la justice ainsi que du développement urbain et rural¹⁴. »

*Souvenez-vous
de ce vieil adage :
Seul plus vite,
ensemble
plus loin !*



13 - C. Faubert, 2008.

14 - Organisation mondiale de la Santé, 2002.





Une démarche en sept étapes

En résumé, le terme de *municipalité amie des aînés* renvoie avant tout à une démarche qui a notamment comme finalité l'adaptation des politiques, des services et des structures au vieillissement de la population. Une des conditions gagnantes est de s'assurer que les aînés participent à chacune des étapes et que l'ensemble de la collectivité y contribue.

Concrètement, cela se traduit en sept étapes :

- 1 Obtenir l'accord des élus et mandater un responsable des dossiers « aînés », préférablement la personne désignée comme étant la responsable des questions familiales (RQF).
- 2 Mettre sur pied un comité de pilotage qui comprend comme membres des aînés engagés ou des organismes représentant les intérêts des aînés.
- 3 Réaliser un diagnostic du milieu comprenant un profil du territoire visé, une recension des services qui desservent les aînés dans le milieu et une analyse des besoins des aînés selon leur point de vue.
- 4 Rédiger un plan d'action permettant un renouvellement des actions chaque année.
- 5 Mettre en œuvre les actions en s'assurant la participation de divers partenaires.
- 6 Évaluer la démarche et les actions de façon continue.
- 7 Élaborer un plan de communication permettant de promouvoir le projet et de célébrer les succès.





Pour passer à l'action : un soutien à la réalisation de la démarche Municipalité amie des aînés

Pour soutenir les municipalités tout au long de la démarche proposée, le ministère de la Famille et des Aînés leur offre, dans le cadre du Programme de soutien aux politiques familiales municipales et à la démarche Municipalité amie des aînés, un soutien permettant d'adapter leur milieu de vie aux réalités et aux besoins des familles et des aînés.

En déposant une demande de soutien à la démarche MADA, votre municipalité recevra :

- une aide financière qui varie en fonction de la nature du projet et de la taille de la municipalité;
- un accompagnement offert par le Carrefour action municipale et famille (CAMF).

Pour effectuer une demande de financement

Vous trouverez le Programme de soutien aux politiques familiales municipales et à la démarche Municipalité amie des aînés ainsi que le formulaire de demande dans le site Internet du ministère de la Famille et des Aînés à l'adresse **mfa.gouv.qc.ca**.

Pour être reconnue MADA

Une reconnaissance est décernée par la ministre responsable des Aînés pour souligner la qualité de la démarche permettant aux personnes aînées de vieillir en restant actives. Elle peut être obtenue de deux façons :

- 1 En effectuant la démarche Municipalité amie des aînés avec l'accompagnement du CAMF dans le cadre du Programme de soutien aux politiques familiales municipales et à la démarche Municipalité amie des aînés. Lors du dépôt du plan d'action découlant de cette démarche, la reconnaissance vous sera automatiquement attribuée.
- 2 En remplissant le formulaire prévu à cette fin, que vous trouverez en ligne à l'adresse **mfa.gouv.qc.ca**.

Un soutien additionnel

Le ministère des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du territoire se joint au ministère de la Famille et des Aînés et met à la disposition des municipalités du Québec une enveloppe de 3 millions de dollars par année, pour les trois prochaines années. Cette somme proviendra du Programme d'infrastructures Québec-Municipalités et servira à financer des petits projets d'aménagement ou d'amélioration de mobiliers urbains, tels qu'un parc intergénérationnel ou un sentier pédestre.

6

Conclusion

Le vieillissement de la population présente des défis, mais également de belles occasions de privilégier une participation accrue des personnes âgées pour le plus grand bénéfice de tous. Il revient à chaque municipalité de saisir la balle au bond et d'effectuer le virage qui s'impose tout en s'assurant de la cohabitation des intérêts de l'ensemble des citoyens. Le ministère de la Famille et des Aînés vous encourage à 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 actif et leur épanouissement.



Pour plus d'information

Le ministère de la Famille et des Aînés vous encourage à présenter une demande de financement dans le cadre du Programme de soutien aux politiques familiales municipales et à la démarche Municipalité amie des aînés. Le Carrefour action municipale et famille, le partenaire du Ministère dans ce programme, se déplace dans l'ensemble des régions du Québec pour accompagner les municipalités.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le soutien offert et sur la reconnaissance MADA, veuillez communiquer avec votre direction régionale, qui peut également vous soutenir dans l'élaboration de la demande et dans le suivi du projet.

Régions

Bas-Saint-Laurent
Capitale-Nationale
Chaudière-Appalaches
Côte-Nord
Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine
Saguenay-Lac-Saint-Jean

Coordonnées

**Direction régionale
de la Capitale nationale
et de l'Est du Québec**
750, boul. Charest Est, bureau 510
Québec (Québec) G1K 3J7
Téléphone : 418 644-6955
Sans frais : 1 866 640-9919

Centre-du-Québec
Estrie
Mauricie
Montréal

**Direction régionale du Centre
et du Sud du Québec**
201, place Charles-Le Moyne, bureau 6.02
Longueuil (Québec) J4K 2T5
Téléphone : 450 928-7676
Sans frais : 1 866 640-9917

Abitibi-Témiscamingue
Lanaudière
Laurentides
Laval
Nord-du-Québec
Outaouais

**Direction régionale de l'Ouest
et du Nord du Québec**
1760A, boul. Le Corbusier
Laval (Québec) H7S 2K1
Téléphone : 450 680-6525
Sans frais : 1 866 640-9918

Montréal

Direction régionale de Montréal
600, rue Fullum, 6^e étage
Montréal (Québec) H2K 4S7
Téléphone : 514 873-7200

Bibliographie

Comité sénatorial spécial sur le vieillissement (2008). *Une population vieillissante : enjeux et options*, Deuxième rapport provisoire, en ligne au parl.gc.ca.

Conseil des aînés (2007). *La réalité des aînés québécois*, 3^e éd., Les Publications du Québec.

Duchesne, L. (2005). *La situation démographique au Québec, bilan 2005. Les familles au tournant du XXI^e siècle*, Institut de la statistique du Québec, Gouvernement du Québec.

Faubert, C. (2008). *Fostering Community Mobilization, Capacity, and Ownership of a Community-University Initiative: An Intermediary Change Agent's Perspective*, Thèse de doctorat en processus d'évaluation, Université d'Ottawa.

Groupe de travail sur le vieillissement en santé et le mieux-être du Comité fédéral provincial-territorial des hauts fonctionnaires responsables des aînés, Division du vieillissement et des aînés de l'Agence de la santé publique du Canada (2007). *Initiative des collectivités rurales et éloignées amies des aînés : un guide*.

Institut de la statistique du Québec (2009). *Perspectives démographiques du Québec et des régions – 2006-2056*, Gouvernement du Québec.

Ministère des Affaires municipales, du Loisir et du Sport (2004). *Les effets du vieillissement de la population québécoise sur la gestion des affaires et des services municipaux*, Gouvernement du Québec.

Ninacs, W. A. (2007). *Vers l'institut de la mobilisation et du pouvoir d'agir des communautés territoriales (IMPACT). Survol des principaux éléments conceptuels*, Victoriaville, Coopérative de consultation en développement La Clé.

Organisation mondiale de la Santé (2002). *Vieillir en restant actif : cadre d'orientation*, Bibliothèque de l'OMS.

Organisation mondiale de la Santé (2007a). *Guide mondial des villes-amies des aînés*, Bibliothèque de l'OMS.

Organisation mondiale de la Santé (2007b). *Feuille de route des dispositifs fondamentaux des villes-amies des aînés*, Bibliothèque de l'OMS.

mfa.gouv.qc.ca

