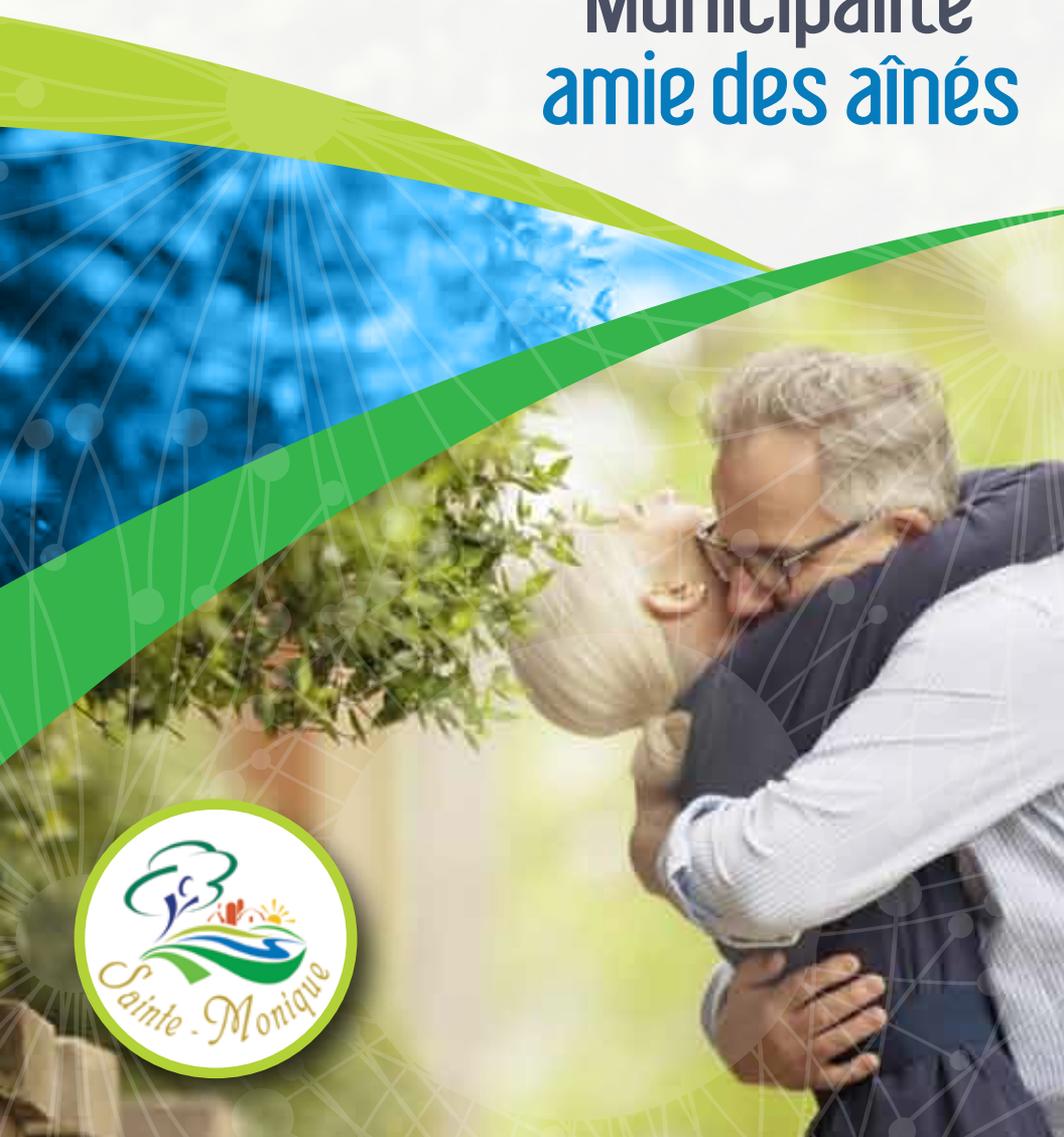




Municipalité amie des aînés



MOT DU MAIRE



En se dotant d'un plan d'action MADA (Municipalité Amie des Aînés), Sainte-Monique confirme sa volonté de vouloir prendre soin de ses citoyens et de leur qualité de vie.

Nous espérons que l'engagement à faire de Sainte-Monique un milieu de vie enviable fera de la municipalité un endroit où les gens auront le goût de demeurer, en plus d'attirer des personnes de l'extérieur.

Comme cette politique est faite pour vous, nous vous invitons à en prendre connaissance. Avec ce document explicatif, vous découvrirez les orientations poursuivies et leur utilité pour vous.

Cette politique touche des volets qui, nous le souhaitons, sauront répondre à vos attentes les plus fondamentales et qui favoriseront l'épanouissement des personnes de tous âges.

Finalement, je vous invite à faire part de vos commentaires et de vos suggestions à votre comité MADA qui, déjà, s'est énormément investi pour être à votre écoute.

J'en profite pour remercier l'équipe MADA. Je les remercie pour leur apport, l'importance de la démarche et l'énergie investie dans ce projet qui vise à faire de notre territoire un milieu innovant, stimulant et répondant aux besoins de nos aînés.

MOT DU COMITÉ MADA

Le comité MADA est constitué de femmes dynamiques et soucieuses du bien-être des citoyens aînés de leur municipalité.

Mme Christiane Guévin Yaworski : s'impliquer pour rester active, alimenter nos amitiés et contribuer à notre communauté.

Mme Doris Proulx : transférer notre histoire, une empreinte de notre passage, honorer nos racines pour apprécier notre aujourd'hui.

Mme Cécile Breton : discuter ensemble des préoccupations des aînés afin de leur assurer une qualité de vie.

Mme Marielle DeGrandPré : préparer aujourd'hui, notre demain.

Ensemble, nous avons nommé nos préoccupations et fait des suggestions à nos instances municipales. Nous nous sommes impliquées pour faire de notre municipalité un milieu de vie adapté au besoin des aînés ainsi que pour valoriser les relations intergénérationnelles et les saines habitudes de vie.

Il est toujours temps de vous joindre à nous pour la mise en œuvre de notre plan d'action. Si cela vous intéresse, appelez au bureau municipal afin de souligner votre intérêt : 819 289-2051.

Page 2	Mot du maire
Page 3	Mot du comité MADA
Page 4	Objectif du projet MADA
Page 5	Municipalité de Sainte-Monique
Page 6	Le plan d'action MADA
Page 9	Répertoire des services aux aînés



OBJECTIF DU PROJET MADA

L'objectif du projet MADA (Municipalité Amie des Aînés) est de **favoriser le vieillissement actif au Québec**.

Mme Marguerite Blais, la ministre responsable des aînés en 2012, décrivait « La démarche MADA » comme un outil visant à adapter des politiques, des infrastructures et des services municipaux à ses citoyens plus âgés.

La ministre responsable des aînés actuels, Francine Charbonneau, se dit très heureuse de constater que tant de municipalités ont choisi de placer les aînés au centre de leurs préoccupations dans le cadre de l'élaboration de leurs politiques, grâce à cette démarche menée pour les aînés et par les aînés.

L'IMPORTANCE D'ADAPTER LE MILIEU DE VIE

Les personnes aînées doivent vivre dans un environnement qui leur permet de continuer à mener une vie active.

VIEILLIR EN RESTANT ACTIF

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

Selon l'OMS (Organisation mondiale de la santé), vieillir en restant actif implique :

- ▶ **LA SANTÉ**, c'est-à-dire l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie en ayant un mode de vie actif et stimulant.
- ▶ **LA PARTICIPATION** qui permet à la personne aînée de pleinement contribuer à la vie familiale et communautaire.
- ▶ **LA SÉCURITÉ** qui assure la protection et la dignité des personnes aînées en répondant à leurs besoins en respectant leurs droits.

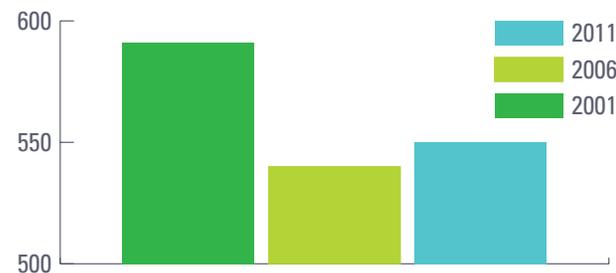
MUNICIPALITÉ DE SAINTE-MONIQUE

Sainte-Monique est une municipalité rurale, constituée en 1855, qui couvre 59,6 km². Elle se situe au Centre-du-Québec dans la MRC de Nicolet-Yamaska. Traversé par la rivière Nicolet, son territoire présente un relief qui varie entre collines escarpées longeant la rivière et vastes plaines cultivables et habitables.

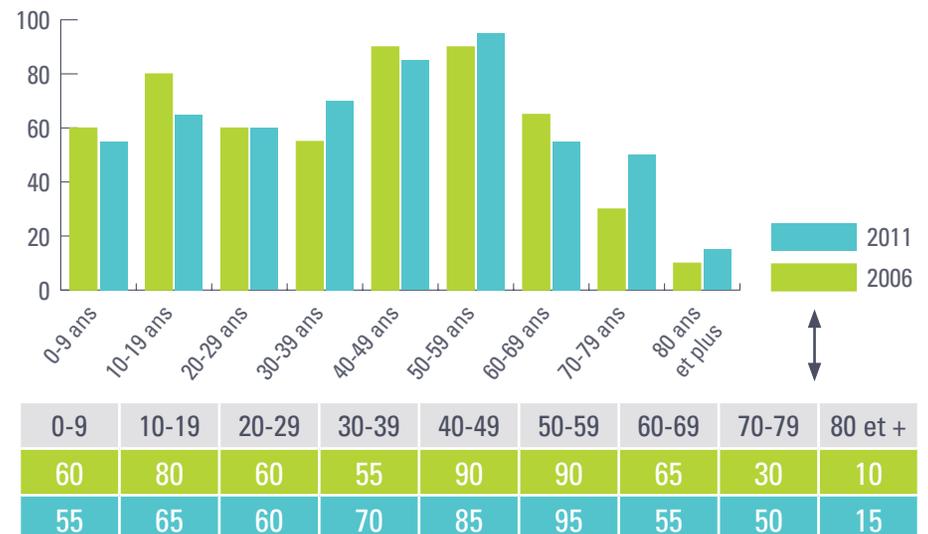
Sainte-Monique est avantageusement située :

- ▶ À moins de 10 minutes de Nicolet
- ▶ À moins de 20 minutes de Trois-Rivières
- ▶ À moins de 20 minutes du parc industriel de Bécancour
- ▶ À moins de 30 minutes de Drummondville

Population de Sainte-Monique pour les années 2001-2006-2011



Population de Sainte-Monique par tranche d'âges pour les années 2006 et 2011



LE PLAN D'ACTION MADA

✦ *Activités intergénérationnelles*

Par ces activités ralliant les générations, nous souhaitons répondre au besoin de transmettre et valoriser l'histoire et la culture de Sainte-Monique.

L'objectif est de mettre en valeur les relations entre les générations et d'instaurer une culture de solidarité entre celles-ci.

Par exemple :

1. Organiser des rencontres permettant aux aînés de la municipalité de transmettre leur vécu, leurs histoires et celle de Sainte-Monique. C'est ainsi que se perpétuent de génération en génération les valeurs, les rites familiaux, les « façons de parler », les mythes.
2. Faire le montage d'un album photo sur l'histoire de Sainte-Monique. Les aînés de la municipalité cumulent une quantité impressionnante d'artéfacts.
3. Mettre sur pied des formations informatiques ayant pour objectif de rendre accessible la communication entre les générations (Facebook, courriel, etc.) **2015**
4. Rendre accessible les services bancaires ainsi que l'information sur l'ensemble des autres services disponible aux aînés (calendrier d'activités, vaccination, etc.) **2015**
5. Organiser des visites de jeunes chez les aînés de la municipalité pour briser l'isolement.

LE PLAN D'ACTION MADA

✦ *Communications*

Nous souhaitons mettre en place un système de communication pour favoriser la circulation de l'information et ainsi briser l'isolement des aînés. **2015**

LE PLAN D'ACTION MADA

✦ *Loisirs*

Les différentes rencontres que nous avons faites nous ont permis de confirmer que les gens actifs doivent se rendre dans les municipalités voisines pour leurs activités.

Nous recommandons à notre instance municipale de :

1. vérifier auprès des municipalités voisines la possibilité de partager un animateur en loisir ;
2. faire l'implantation d'un calendrier d'activités ;
3. aménager une salle communautaire MADA ;
4. faire la promotion des saines habitudes de vie ;
5. faire une étude de faisabilité pour la mise en place d'un système de transport pour rendre les activités accessibles à tous les aînés de la municipalité.



LE PLAN D'ACTION MADA

✦ Sécurité

Lors des rencontres citoyennes que nous avons effectuées, il nous a été permis de réaliser le besoin de sécurité de nos aînés.

Étant donné le territoire étendu et la distance entre les maisons, nous croyons qu'il serait important :

1. d'informer les aînés des outils disponibles pour répondre au besoin général d'augmenter le sentiment de sécurité ; **2015**
2. d'inviter les services policiers à venir informer les aînés sur les dispositions à prendre contre les invasions de domicile ; **2015**
3. de sensibiliser le voisinage sur l'importance d'avoir un regard attentif et protecteur sur notre entourage.

LE PLAN D'ACTION MADA

✦ Transport

Particulièrement parce que le territoire de la municipalité est étendu, ce qui crée de l'isolement, nous souhaitons :

1. améliorer l'accessibilité aux services et aux activités pour les aînés ;
2. faire une étude de faisabilité afin de définir spécifiquement les besoins de transport sur le territoire ;
3. explorer les différentes options et évaluer leur application dans la municipalité (ex. : visite médicale, épicerie, pharmacie, etc.)

SERVICES AUX AÎNÉS

La Rente de retraite de la Régie des rentes du Québec

Cette rente est versée tous les mois aux personnes qui ont suffisamment cotisé au Régime et qui sont âgées de 60 ans et plus.

Prestation de survivants du Régime de rentes du Québec

Cette prestation prévoit trois types de rentes lors d'un décès d'un cotisant ; la prestation de décès, la rente de conjoint survivant et la rente d'orphelin.

Service sans frais 1 800 463-5185

Logements adaptés pour aînés autonomes

Ce programme offre une aide financière aux personnes âgées de 65 ans et plus, à faible revenu, ayant besoin d'apporter des adaptations mineures à leur maison ou leur logement.

Service sans frais 1 800 463-4315

Sécurité de la vieillesse du Canada (SV)

Cette pension offre une prestation mensuelle imposable aux personnes âgées de 65 ans et plus.

Allocation au survivant du Canada

Ce programme offre une prestation mensuelle non imposable aux personnes veuves à faible revenu qui ne sont pas encore admissibles à la pension de sécurité de la vieillesse.

Pension de retraite du Régime de pension du Canada (RPC)

Ce service offre une prestation imposable mensuelle à tous les cotisants retraités.

Supplément de revenu garanti du Canada (SRG)

Ce supplément offre une prestation mensuelle non imposable aux prestataires de la Sécurité de la vieillesse à faible revenu.

Programme d'allocation (Canada)

L'allocation est une prestation mensuelle offerte aux personnes âgées entre 60 et 64 ans, à faible revenu, dont l'époux ou le conjoint de fait est admissible à la prestation de la Sécurité de vieillesse et au Supplément de revenu garanti ou les reçoit présentement.

Service sans frais 1 800 277-9915



LES NUMÉROS À RETENIR

SERVICES OFFERTS À SAINTE-MONIQUE

Municipalité de Sainte-Monique	819 289-2051
Pompier de Sainte-Monique	9-1-1
Info-Santé	8-1-1
Ministère des Transports	5-1-1
L'Âge D'Or (au Grand Saint-Esprit)	À venir
Vie Active (au Grand Saint-Esprit)	À venir

EN CAS DE VIOLENCE

Ligne d'aide abus aînés	1 888 489-2287
Commission des droits de la personne	1 800 361-6477
Centre de prévention suicide	1 866 277-3553
Ligne Agressions sexuelles	1 888 933-9007
S.O.S. Violence conjugale	1 800 363-9010
Police	9-1-1

AUTRES SERVICES

Carrefour d'information pour aînés	418 643-2235
Services gouvernementaux du Québec	1 877 644-4545
Régie de l'assurance maladie du Québec	1 800 561-9749
Service offert aux personnes sourdes	1 800 361-3939
Aide financière pour les services d'aide domestique	1 800 594-5155
Revenu de retraite POSTE 7801	1 800 565-7878
Accès à votre dossier médical	1 888 528-7741
Demande d'allocation de logement	1 800 267-6299
Curateur public du Québec	1 800 363-9020
Crédit d'impôt pour aidant naturel cohabitant ou hébergeant un proche admissible	1 800 267-6299
Aptitude à conduire un véhicule et examen médical obligatoire (SAAQ)	1 800 361-7620
Plaintes en matière de services de santé et de services sociaux	1 877 644-4545
APPUI Contribue au soutien des proches aidants qui fournissent, sans rémunération, des soins et du soutien régulier à domicile à des personnes âgées ayant une incapacité significative ou persistante susceptible de compromettre leur maintien à domicile.	819 293-6309

L'ENGAGEMENT MADA DE LA MUNICIPALITÉ

✦ Résolution

CONSIDÉRANT que la municipalité de Sainte-Monique a entrepris le processus de reconnaissance MADA en 2013;

CONSIDÉRANT qu'un comité, nommé par la municipalité et présidé par une élue, a élaboré un plan d'action représentant les intérêts et répondant aux demandes des aînés de Sainte-Monique;

CONSIDÉRANT que le comité dépose son plan d'action MADA auprès de la municipalité;

CONSIDÉRANT que les membres du conseil ont pris connaissance dudit plan d'action;

CONSIDÉRANT que la municipalité de Sainte-Monique se soucie de la qualité de vie et de l'accès à une vie active de ces aînés;

POUR CES MOTIFS, il est proposé par M. Bertrand Guévin, appuyé par Mme Hélène Doutaz et résolu à l'unanimité des conseillers présents,

QUE la municipalité de Sainte-Monique :

1. atteste avoir pris connaissance du plan d'action MADA et est en accord avec ses recommandations;
2. s'engage à mettre en place les actions suivantes :
 - c. planifier et offrir des formations en informatique (ex. : initiation, services bancaires, etc.);
 - d. faire la promotion de saines habitudes de vie en planifiant avec le CSSS des conférences destinées aux aînés traitant de tous les aspects de la santé, tant physique que mentale, et en insérant des articles sur ce sujet dans le journal local;
 - e. accroître le sentiment de sécurité des aînés en planifiant des rencontres avec la Sûreté du Québec et en insérant des articles sur ce sujet dans le journal local;
 - f. évaluer les options possibles pour accroître la mobilité des aînés vers les différents points de service (visite médicale, pharmacie, banque, épicerie, etc.);
3. s'engage également à rester à l'affût de toutes les opportunités qui permettront de mettre en place des recommandations incluses dans le plan d'action MADA.



Municipalité
amie des aînés



POUR PLUS D'INFORMATIONS :

Municipalité Sainte-Monique

247, rue Principale

Sainte-Monique (Québec) J0G 1N0

Téléphone : 819 289-2051

Courriel : info@sainte-monique.ca