



## POUR UNE MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS

### Résumé des activités

#### ACTIVITÉ 1 : Forum de discussion avec les proches aidants

##### Mise en contexte

La municipalité a tenu un groupe de discussion avec des proches aidants, le 24 octobre 2024. Cette activité visait, par le biais de témoignages, à connaître les réalités des personnes âgées et leurs besoins, à cerner leurs perceptions en ce qui concerne leur milieu de vie.

Onze proches aidants ont participé à cette activité. Ceux-ci ont été mobilisés par le biais des organismes : Centre de bénévolat de la Rive-Sud et L'Entraide Plus.

L'atelier était animé par Denis Guérin, responsable de la valorisation des connaissances chez Espace Muni. Les participants ont pu s'exprimer sur leur rôle, leurs besoins et leurs obstacles en tant que proche aidant. Ils ont également fait valoir les obstacles rencontrés dans les milieux de vie par les personnes âgées, sur la participation citoyenne et sur les communications (notamment la disponibilité de l'information des ressources offertes).

##### 1. Le rôle et les besoins du proche-aidant

**Définition du rôle :** La proche aidance est vue par l'ensemble des participants comme une responsabilité plutôt qu'un choix. L'on décrit ce rôle comme étant une responsabilité très accaparante, émotive, pour laquelle les proches aidants ne se sentent pas préparés.

**Obstacles :** Ce rôle les amène à vivre de l'isolement, de la solitude et à se sentir incompris des personnes qui n'endossent pas ce rôle. Les participants mentionnent que la personne proche aidante n'a souvent pas conscience elle-même qu'elle endosse ce rôle, puisqu'elle s'occupe d'un être cher. Les participants s'accordent pour dire que les services qui s'adressent à eux sont méconnus.

**Solutions évoquées :** Faire une promotion accrue des services existants visant à supporter les aidants naturels et leur facilitant l'accès à des services de répit à faible coût.

##### 2. Le milieu de vie

**Obstacles :** Le manque d'offre en matière de répit à Chambly ou d'options abordables constitue un grand enjeu. Il est aussi parfois difficile de veiller à l'entretien intérieur/extérieur du domicile.

Les participants soulignent le fait que les aînés ont souvent peur de faire entrer des inconnus dans leur domicile ou d'aller dans un nouveau milieu. C'est d'autant plus difficile en raison du personnel changeant dans le réseau public de la santé et du caractère parfois très personnel des soins administrés. Les personnes âgées ne réalisent parfois pas

qu'elles sont en perte cognitive ou ont un attachement émotionnel à leur maison, ce qui les pousse à continuer de vivre dans des milieux qui ne sont pas adaptés.

**Suggestions** : Avoir accès aux services à domicile dès le début de la maladie afin de s'habituer aux intervenants, développer des quartiers de minimaisons ou de maisons adaptées.

**Autres observations** : Manque de bancs pour se reposer sur le territoire, principalement aux abords des pistes cyclables; manque d'éclairage à certains endroits (particulièrement dans les carrefours giratoires).

### 3. Participation citoyenne

**Obstacles** : Le déplacement (transport adapté méconnu, difficulté d'accès aux horaires d'autobus, peur de prendre le transport en commun), manque de soutien pour les aînés dans les commerces pour l'achat; manque de petits commerces et de lieux de rencontre abordables; difficulté de connaître les activités des organismes pour ceux qui n'en sont pas membres; difficulté d'assister à des activités culturelles (ex. : Sur l'air de Chambly, danse en ligne) en raison du manque de ressources de répit.

**Recommandations** : Offrir un service de transport à vélo pour aînés; maintenir les balades gratuites pour les aînés sur le Chambly I; améliorer l'entretien des pistes cyclables; bonifier le mobilier urbain dédié à la détente; améliorer les mesures de sécurité routières à certains endroits (présence policière, heure de brigadiers accrues, sensibilisation aux différents usages de la route); offrir un service de répit lors d'activités offertes en soirée; réfléchir à des points de rencontre publics, accessibles et sécuritaires.

### 4. Communications

**Obstacles** : Difficile de connaître les ressources autres que celle véhiculées par le bouche-à-oreille, par les pairs ou le réseaux, réflexe de fouiller sur le Web peu développé.

## ACTIVITÉ 2 : Discussion en groupe

### Mise en contexte

L'activité Toast et café est offerte aux deux semaines par le Centre de bénévolat de la Rive-Sud. Celle-ci se veut une occasion de créer des liens d'entraide, de partage, d'amitié et de solidarité, dans le respect et la confidentialité. La municipalité a profité de l'une de ces causeries pour soumettre des questions aux participants.

Ceux-ci ont discuté des défis rencontrés lors des déplacements à pied ou à vélo dans la municipalité, les activités de loisirs, de sport et de plein air, les services offerts à la bibliothèque et l'accès à l'information. L'activité était animée par Caroline Boisvert, travailleuse de milieu. L'on compte 23 personnes ayant participé à cette activité.

### Sujets abordés

**Défis rencontrés lors de déplacements à pied/à vélo :** Peur d'utiliser les traverses piétonnières sur le boulevard De Périgny (temps insuffisant pour traverser); éclairage déficient à certains endroits sur le réseau cyclable; cohabitation difficile des différents usages de la route (perception qu'il y a un besoin de sensibilisation, manque de civisme); vitesse des automobilistes; manque de bancs sur les pistes polyvalentes et au parc naturel des Ruisseaux.

**Loisirs :** Les participants étaient invités à indiquer quels sujets ils souhaiteraient voir abordés dans le cadre de conférences destinées aux aînés. Les sujets les plus populaires sont le prix des résidences pour personnes âgées, les soins et autres services à domicile pour aînés.

Les participants souhaitent plus d'activités pour aînés le dimanche.

Parmi les activités municipales, les spectacles gratuits au parc des Ateliers et à la place de la Seigneurie sont appréciés.

**Sports et plein air :** Intérêt pour activités d'aquaforme ou de baignade, intérêt pour un terrain de pétanque intérieur; l'on suggère des activités de squash et de kickboxing.

**Bibliothèque :** Appréciation unanime de la bibliothèque (beauté générale, programmation, possibilité d'emprunter des livres à gros caractères ou audio, programme Porte-à-lire).

**Accès à l'information :** Les canaux de communication consultés sont : les médias traditionnels, les panneaux électroniques extérieurs, le bulletin municipal *L'Écluse* et le bouche-à-oreille.

**Autres sujets :** Besoin de lieux d'aisance dans certains parcs (jardin Boileau); besoin d'être informé sur les activités dédiées aux aînés; suggestion de dédier une ressource municipale aux aînés.

## ACTIVITÉ 3 : Forum communautaire

### Mise en contexte

Les personnes de 55 ans et plus ont été invitées à s'inscrire à cette activité. Les participants ont contribué à définir les besoins liés aux neuf sphères essentielles identifiées; à confirmer ou à infirmer certains enjeux ciblés par le comité de pilotage; à approfondir les résultats du sondage. Une trentaine de citoyens ont pris part à l'activité.

Cet atelier, de type café du monde, a permis d'explorer collectivement différentes idées et solutions face aux enjeux. En petits groupes, les participants ont pu donner leurs avis sur plusieurs sujets et laisser libre cours à leur imagination, dans une ambiance amicale et informelle.

**Thèmes abordés :** Participation sociale, respect et inclusion; loisirs; transport et mobilité; santé; habitat et milieu de vie.

Au total, 25 citoyens se sont inscrits pour participer au forum communautaire; ils étaient âgés entre 66 et 93 ans, pour une moyenne de 71 ans. À ceux-ci se sont ajoutés des représentants de différents organismes communautaires desservant la clientèle aînée.

### Résumé des échanges par thème

#### Participation sociale

**Facteurs incitant à la participation :** Être membre d'un organisme favorisant le bénévolat; facilité de trouver de l'information (belle communication); flexibilité d'horaire (présence d'activités le matin ou l'après-midi).

**Faiblesses :** Manque de relève et de temps pour s'impliquer dans une cause; contact limité entre les organismes et les citoyens; la langue est parfois un obstacle.

**Suggestions d'actions :** Éviter le dédoublement de l'offre de service par les organismes et encourager la collaboration; partager un répertoire présentant les offres et les demandes en termes d'activités; créer des plateformes et des événements de rencontre dédiés aux 55 ans et plus.

#### Loisirs

**Facteurs nuisant à la participation à des activités municipales :** Méconnaissance de l'offre d'activités disponibles (souhait d'avoir à disposition un support informatif imprimé); coût de participation ou de déplacement; places limitées; diversité de la programmation - perception que la programmation rejoint moins certaines clientèles (ex. : les hommes et les aînés); tendance à l'isolement de certains aînés, difficultés liées au transport.

**Activités souhaitées dans la programmation :** Bonification des activités sportives dans le futur complexe sportif intérieur (qui soient adaptées aux limitations physiques); activités intergénérationnelles; groupes de socialisation pour hommes; mise en place de conférences sur divers sujets (tels que la sécurité informatique); bonification de l'offre artistique; activités de type débat ou échange; accès au bassin de Chambly pour la baignade.

**Suggestions d'actions :** Bonification de la diffusion de l'information sur des supports variés (notamment le papier – ne pas miser que sur le Web); partage accru de l'offre

d'activités des organismes; mise en place d'initiatives très locales (ex. : fête de voisins); création de groupes de covoiturage; offrir les activités à coût abordable pour les aînés.

## Milieu de vie

**Points forts :** Appréciation de la Ville et des habitants, pistes cyclables, parcs et commerces en quantité suffisante; appréciation du service d'autobus pour les quartiers éloignés.

La vie en appartement représente une avenue intéressante pour diminuer la superficie d'entretien. À ce chapitre, les participants estiment que les nouvelles constructions vont générer du mouvement sur le marché locatif des maisons.

**À améliorer :** Coût de logement dispendieux en condominium; manque d'information par rapport au logement et à l'offre disponible (volonté que la Ville informe à ce sujet); difficultés liées aux traverses piétonnières sur le boulevard De Périgny; méconnaissance des services à domicile offerts par les organismes; manque d'aide pour les proches-aidants.

**Propositions d'actions :** Que la Ville joue un rôle de leader dans le dossier du logement abordable (création d'un programme, collaboration avec promoteurs pour créer des logements abordables); partage l'information sur l'offre d'habitation disponible; création et gestion d'une liste de personnes à risque, à contacter en cas de canicule.

**Services à proximité :** Expérience positive des services de livraison des commerces de proximité (épicerie, pharmacie, etc.); manque de service de répit à coût abordable.

**Propositions d'actions concernant les services :** Promotion accrue des services de proximité; besoin de sécurisation de la route (sensibilisation de l'ensemble des usagers de la route au respect du Code de la sécurité routière et au civisme); présence policière accrue; mise en place d'un projet pilote aux abords des écoles; mise en place d'un système de téléavertisseurs pour vérifier si les personnes à risque vont bien; offrir la livraison gratuite pour les pharmacies et épiceries pour les personnes d'un certain âge.

## Transport

**Obstacles à la mobilité :** Limitations physiques; temps de traverse trop courts; manque de piste cyclable sur la rue Martel; cohabitation difficile des différents usages (ex. : jogging, marche, cyclisme, trottinettes); manque d'éclairage.

**Obstacles au transport en commun :** Accessibilité pour entrer dans l'autobus; horaires compliqués; autobus vétustes; chauffeurs téméraires, enjeu de déneigement.

**Solutions :** Ajouter de panneaux indicateurs de vitesse et radars photos; miser sur la courtoisie et la sensibilisation en lien avec la sécurité routière; ajouter des trottoirs minimalement d'un côté de la rue; abaisser la vitesse dans les rues résidentielles à 30 km/h; séparer les piétons et les cyclistes; mieux communiquer concernant le transport en commun, avoir plus de flexibilité concernant le transport en commun.

## Santé

**Éléments présents à Chambly permettant de maintenir une bonne santé :** Belle programmation d'activités par des organismes communautaires; soirées de danse intégrées à la programmation municipale appréciées; stations d'exercice dans les parcs; beau réseau de sentiers cyclables et pédestres déneigés et permettant la marche; beauté

des espaces extérieurs; présence de mobilier adapté; belle offre de parcs et d'espaces verts; présence de la clinique mobile.

**Obstacles :** Manque de stationnements adaptés; manque d'activités adaptées; méconnaissance de l'offre d'activités; pas d'accès à Internet pour certains; manque d'éclairage; manque d'accès à l'eau; manque de services en santé mentale et pour l'aide à domicile; méconnaissance de l'offre de services; difficulté de faire sortir les gens de chez eux; manque d'un centre communautaire ou de lieux de rencontre.

**Suggestions de pistes d'action :** Augmenter la promotion des activités et des ressources disponibles (tant municipales que communautaires) sur des supports variés et accessibles; offrir davantage de stationnement; ajout d'un accès à l'eau; développer un organisme d'aide en accompagnement pour les aînés; développer un projet de transport collectif à la demande; diffuser l'information à des endroits-clés; former des groupes de marche; offrir des stations d'entraînement extérieur avec des ressources pour accompagner lors des entraînements; mettre en place une offre de cours dirigés; partager l'information dans les résidences pour personnes âgées, se baser sur les données de Postes Canada pour la promotion.

### **Rétroaction de l'activité**

Les participants étaient invités à soumettre leur appréciation de l'activité et les points à améliorer par le biais d'un formulaire disponible lors de l'événement. Au total, 26 commentaires ont été reçus, tous étaient positifs. Les participants ont apprécié d'avoir le sentiment d'être écoutés et de contribuer à améliorer leur milieu de vie. La possibilité d'échanger avec les autres sur un sujet qui les intéressait est également un point positif. L'on note que les animateurs étaient à l'écoute et que le tout était bien organisé et dirigé. Plusieurs participants ont également souligné qu'ils auraient aimé avoir plus de temps pour s'exprimer, bien que l'atelier était d'une durée de deux heures.