

# POLITIQUE DES AÎNÉS D'AMHERST



## PLAN D'ACTION 2026– 2029



AMHERST  
AVRIL 2026

# TABLE DES MATIÈRES

Mot du Maire.....	3
Mot de l'élu responsable du volet familles et aînés, président du comité.....	4
Comité de pilotage MADA.....	5
Principales étapes de la démarche de mise à jour.....	6
Bilan de réalisation du plan d'action 2021-2024.....	6
Consultations effectuées.....	7
Faits saillants des consultations (été et automne 2025).....	8
Définition de la personne aînée.....	8
Valeurs retenues.....	9
Principes liés au vieillissement actif .....	10
Portrait du milieu et des personnes aînées.....	11
Mise en oeuvre du plan d'action .....	13
Plan d'action de la politique.....	14
Habitation et milieu de vie.....	15
Déplacement (transport et mobilité).....	18
Sécurité.....	20
Communication, information et relation avec le citoyen.....	25
Loisirs, culture et vie communautaire.....	28
Développement social (participation, respect et inclusion .....	31
Santé et services sociaux.....	35
Espaces extérieurs et bâtiments.....	36
Abréviations utilisées et crédits.....	43

## MOT DU MAIRE

---



Chères citoyennes, chers citoyens,

En 2021, Amherst a adopté sa première politique MADA (municipalité amie des aînés) dont le plan d'action portait sur les années 2021 à 2024. Dès 2024, une première politique familiale était adoptée pour les années 2024 à 2027. Ces politiques s'inscrivent dans la volonté de la Municipalité de poursuivre ses efforts en vue d'améliorer la qualité de vie de ses citoyennes et de ses citoyens.

### **Mise à jour de la politique aînés**

C'est dans cet esprit que la Municipalité a amorcé dès le printemps 2025 une démarche pour mettre à jour sa politique en faveur des personnes aînées.

### **Adoption de la nouvelle politique MADA**

Le comité de pilotage constitué à cette fin n'a pas ménagé ses efforts, ce qui a permis en avril 2026 de procéder à l'adoption d'une nouvelle politique MADA dont le plan d'action sera mis en œuvre de 2026 à 2029 inclusivement.

### **Remerciements**

Je remercie tous les membres du comité de pilotage qui ont participé à ce projet de mise à jour sous la direction de monsieur Robert Cardinal, élu responsable du volet familles et aînés, président du comité.

**Jean-Guy Galipeau**  
Maire de la Municipalité d'Amherst

## MOT DU CONSEILLER MUNICIPAL RESPONSABLE DU VOLET FAMILLE ET AÎNÉS



J'ai eu l'occasion à titre d'élu de présider les comités chargés d'élaborer la première politique MADA (municipalité amie des aînés) et la première politique familiale municipale.

C'est pourquoi j'ai été très heureux d'exercer le même rôle au sein du comité chargé de mettre à jour la politique en faveur des personnes âgées dont le plan d'action portait sur les années 2021 à 2024 inclusivement.

Cette démarche a permis de consulter à nouveau les personnes âgées de la Municipalité afin d'obtenir leurs commentaires et leurs suggestions pour améliorer leur qualité de vie, notamment dans le cadre de rencontres tenues au Centre Cyrille Garnier et à l'église de Saint-Rémi.

Je remercie les citoyennes, les citoyens et les organismes qui les desservent d'avoir participé aux consultations effectuées. J'adresse également des remerciements aux membres du comité de pilotage pour leur engagement très précieux qui a permis de mener à bien cette démarche de mise à jour de la politique.

La mise en œuvre du plan d'action de la politique qui prendra place de 2026 à 2029 sera examinée par les membres du comité de suivi constitué par le conseil municipal à qui il sera fait rapport régulièrement de sa réalisation.

**Robert Cardinal**

Conseiller municipal district 2 et  
responsable du volet familles et aînés



---

## COMITÉ DE PILOTAGE MADA

À l'aide du portrait statistique du milieu, de la recension des services et des ressources déjà disponibles pour les aînés d'Amherst et de la détermination des besoins principalement par la tenue de consultations, le comité de pilotage a élaboré une politique comprenant un plan d'action, avec l'objectif de répondre aux besoins des aînés de la Municipalité.

Les étapes de la démarche suivie sont précisées à la page suivante de la Politique (Démarche MADA - Principales étapes suivies).

## COMPOSITION DU COMITÉ

- Robert Cardinal, élu responsable du volet familles et aînés, président du comité
- Élise Therrien, technicienne en loisirs et culture, responsable administrative
- Marie-France Chartier, citoyenne, représentante des personnes aînées
- France Cloutier, citoyenne, représentante des personnes aînées
- Denise Faucher, citoyenne, représentante des personnes aînées
- Sylvie Millette, citoyenne, représentante des personnes aînées

## PERSONNES AYANT APPUYÉ LE COMITÉ DANS SES TRAVAUX

Le comité était appuyé dans ses travaux par Marie-Hélène Bertrand, agente de liaison pour la direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides, Marie-Andrée Leblanc, organisatrice communautaire au même centre, et par Marie-Josée Dubé et Claude Barsalou, chargés de projet (Dubé Barsalou communications).

## DÉMARCHE MADA – PRINCIPALES ÉTAPES SUIVIES

---

La démarche de mise à jour de la politique en faveur des personnes âgées d'Amherst a débuté au printemps 2025. Dès mars, l'élu responsable du volet familles et aînés a été identifié comme président du comité, et la personne responsable administrative de la démarche a également été désignée. Le comité de pilotage a alors été constitué et sa composition définie, réunissant différents membres aux expertises complémentaires.

Entre mai et août 2025, le comité a réalisé un bilan de la mise en œuvre de la politique 2021-2024 et dressé un portrait du milieu et des personnes âgées de la municipalité. Les services et ressources déjà accessibles aux aînés ont été recensés, une définition de la personne âgée a été élaborée et les valeurs guidant la démarche ont été identifiées. Un sondage a également été mené auprès de la population âgée de 60 ans et plus afin de mieux comprendre leurs besoins et attentes.

À l'automne 2025, le comité a poursuivi son travail par des consultations auprès des aînés directement sur le terrain, au Centre Cyrille Garnier et à l'église de Saint-Rémi. Des échanges ont aussi été organisés avec des organismes qui desservent les personnes âgées d'Amherst, afin d'enrichir la réflexion et d'assurer une vision complète et représentative des besoins.

Entre janvier et avril 2026, le comité a procédé à un bilan et à une rétrospective des travaux réalisés. La nouvelle politique et son plan d'action ont été élaborés en collaboration avec les membres de l'équipe municipale. Les partenariats avec différents organismes ont été validés, puis le projet de politique et de plan d'action a été présenté au conseil municipal. Enfin, en avril 2026, la politique et son plan d'action ont été officiellement adoptés par le conseil, qui a également créé un comité de suivi chargé d'en assurer la mise en œuvre effective.

## BILAN DE RÉALISATION DU PLAN D'ACTION 2021-2024

---

Voici quelques-unes des réalisations de la Municipalité lors de la mise en œuvre de la politique qui a fait l'objet d'une mise à jour :

- Diminution de la vitesse sur certaines voies publiques
- Épandage d'abat-poussière sur plusieurs chemins rendant la marche plus agréable
- Ajout de dos d'âne permanents dans le secteur Vendée et de dos d'âne saisonniers dans le secteur Saint-Rémi
- Ajout de bancs et tables à pique-nique dans les 3 secteurs de la Municipalité
- Entente avec le CAB des Laurentides pour le service d'accompagnement-transport
- Sentinelle formée par Prévoyance envers les aînés des Laurentides en mesure d'évaluer les besoins des personnes âgées et de les référer à des ressources communautaires
- Formation aux employés municipaux par Prévoyance envers les aînés des Laurentides pour être éclaireurs
- Première édition de la fête du voisinage d'Amherst en octobre 2024 et la 2e édition en septembre 2025
- Entente accès infra loisirs/sportives à Mont-Tremblant
- Section dédiée aux personnes âgées sur le site Internet de la Municipalité
- Section MADA dans chaque bulletin municipal

## CONSULTATIONS EFFECTUÉES

---

### **Sondage en ligne et imprimé**

Un sondage a été mené auprès des citoyennes et des citoyens d'Amherst âgés de 60 ans et plus du 20 juin au 20 juillet 2025. Parmi les 98 personnes qui ont répondu au sondage, 92 l'ont fait en ligne et 6 sur la version imprimée.

### **Consultations en présence physique**

Une première consultation a été tenue le 9 septembre 2025 au Centre Cyrille Garnier dans le secteur Vendée : 10 personnes étaient présentes. Une deuxième consultation a eu lieu à la même date à l'église de Saint-Rémi en présence de 5 personnes.

### **Nombre de personnes consultées lors de toutes les consultations citoyennes**

En tenant compte que 98 personnes ont répondu au sondage et que 6 personnes présentes sur 15 aux consultations physiques n'avaient pas complété le sondage, 104 citoyennes et citoyens en tout ont participé aux consultations.

### **Consultation des organismes**

Un sondage en ligne a été transmis à 20 organismes pour obtenir leurs commentaires et suggestions pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées d'Amherst et 11 y ont participé.

Par la suite, une validation des partenariats qui leur étaient proposés par la Municipalité pour la réalisation de certaines actions du plan d'action de la politique a été effectuée.

### **Sondage mené en 2020**

Il est intéressant de noter quelques-uns des commentaires et des suggestions qui avaient été formulés par les personnes âgées dans le cadre du sondage mené en 2020 dans le cadre de l'élaboration de la première politique des aînés d'Amherst :

- La vitesse sur les routes
- L'usage presque exclusif de la voiture pour se déplacer
- L'usage très limité du transport collectif
- Un sentiment de sécurité, notamment dans son domicile, qui demeure très élevé
- Méconnaissance ou non-abonnement au système d'alerte qui demeure élevé
- Les activités souhaitées sont globalement les mêmes en 2025 qu'en 2020 : activités physiques, cours et activités sociales

Il faut aussi tenir compte que le sondage de 2020 avait été mené en pleine pandémie et par conséquent, qu'il n'avait pas été possible de tenir de consultations en présence physique. Par contre, 42 personnes de 70 ans et plus avaient été contactées par téléphone.

## FAITS SAILLANTS DES CONSULTATIONS (ÉTÉ ET AUTOMNE 2025)

---

Voici quelques-uns des sujets abordés lors des consultations par les personnes âgées d'Amherst qui y ont participé :

- L'accès à des services, notamment à une liste de personnes-ressources pour aider avec l'entretien
- C'est difficile pour les gens qui n'ont pas d'auto
- Réduction de la vitesse pour améliorer la sécurité des piétons
- Élaboration d'une liste de personnes-ressources pour les situations d'urgence
- Davantage d'informations, par exemple sur les services et les crédits d'impôt
- Davantage d'activités et de sorties organisées
- Avoir une salle communautaire multifonctionnelle dans le secteur Saint-Rémi
- Service de prises de sang ou de vaccination
- Réparation et entretien des routes

## DÉFINITION DE LA PERSONNE ÂNÉE

---

Le comité de pilotage a examiné la définition reproduite à la première politique des aînés de la Municipalité ainsi que celles retenues par d'autres municipalités. Lors des consultations tenues au Centre Cyrille Garnier et à l'église de Saint-Rémi, il a été demandé aux personnes présentes de donner leur propre définition de la personne âgée.

*Les personnes âgées constituent un groupe diversifié en termes d'âge, d'état de santé, de capacités et de niveau d'autonomie, ce qui entraîne des besoins en soins et en soutien qui varient au fil du temps.*

*La personne âgée possède une grande sagesse et une expérience de vie qu'elle peut transmettre aux plus jeunes générations et souhaite profiter du temps qui reste. C'est aussi et avant tout une personne qui a droit au respect et à l'écoute de la communauté d'Amherst afin de favoriser une meilleure qualité de vie.*

*La personne âgée veut profiter de la vie, demeurer en santé le plus longtemps possible et avoir des liens significatifs, ce qui implique des efforts en vue de poursuivre sa participation à la vie en société.*

*On peut s'entendre pour établir un âge auquel on devient une personne âgée à 60 ans mais cet âge doit demeurer flexible.*

## VALEURS RETENUES

Dans le cadre de ses réflexions sur cette question, le comité de pilotage a notamment examiné les valeurs mentionnées à la première politique des aînés, à la politique familiale et au code d'éthique et de déontologie des élus de la Municipalité.

Ces valeurs orienteront la Municipalité dans ses actions dans le cadre de la mise en œuvre du plan d'action de la politique. Elles informent ses citoyennes et ses citoyens sur l'approche retenue et la philosophie qui s'en dégage.

### DÉVELOPPER ET MAINTENIR UN MILIEU DE VIE AGRÉABLE

Une Municipalité qui constitue un milieu de vie agréable, où il fait bon vivre, contribue au bien-être de ses citoyennes et de ses citoyens, attire de nouveaux résidents et favorise la rétention de la population

### INCLUSION

Viser à inclure les citoyennes et les citoyens de tous les groupes d'âge, de toute nationalité et de tous les milieux socioéconomiques, de façon à favoriser leur participation sociale, leur sentiment d'appartenance à la communauté et de lutter contre l'isolement, dans le cadre d'activités sportives, culturelles, intergénérationnelles, de bénévolat, d'entraide, etc

### OUVERTURE ET RESPECT

L'ouverture et le respect à l'égard d'autrui favorisent des échanges constructifs, basés sur l'écoute, qui sont propices à l'établissement d'un climat de collaboration et d'entraide. Cela se traduit par exemple au niveau de l'accueil réservé aux citoyennes et aux citoyens qui s'adressent ou qui se présentent à la Municipalité, laquelle doit être accessible.

### SÉCURITÉ

Le fait de se sentir en sécurité dans la Municipalité et au sein même des familles est primordial. Cela se traduit par la volonté d'appuyer les familles et les personnes seules en situation de vulnérabilité et qui vivent des difficultés.

## Principes reliés au vieillissement actif

---

La sécurité, la participation et la santé sont les trois piliers du concept de vieillissement actif mis de l'avant par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et le gouvernement du Québec .

Des objectifs et actions du plan d'action de la politique s'y rapportent en particulier :

### Sécurité

Le plan d'action prévoit les objectifs suivants pour ce volet :

- Favoriser la sécurité des personnes âgées (6 actions)
- Accroître la sécurité sur les voies de circulation, notamment la route 323 et le chemin de Vendée (7 actions)
- Sensibiliser la population sur la prévention de la maltraitance envers les personnes âgées (2 actions)

### Participation

Le plan d'action prévoit les objectifs suivants pour ce volet :

- Favoriser la participation des personnes âgées (4 actions)
- Favoriser le bénévolat chez les personnes âgées (3 actions)

### Santé

Le plan d'action prévoit les objectifs suivants pour ce volet :

- Améliorer l'accessibilité aux professionnels de la santé (une action)
- Promouvoir les programmes et services communautaires et publics pour les personnes âgées (une action)
- Contribuer à la mise en place d'initiatives favorisant une saine alimentation chez les personnes âgées (une action)
- Encourager l'adoption de saines habitudes de vie (plusieurs objectifs et actions du plan, par exemple de favoriser le transport actif)





## PROJECTION DE LA POPULATION

Voici les projections de la population totale de la Municipalité pour les années 2029, 2032 et 2035, suivies de celles du groupe des 65 ans et plus :

### Population totale (projection)

Année	Population projetée
2029	1 686
2032	1 690
2035	1 693

### Population totale (projection)

Année	Population projetée
2029	611
2032	624
2035	616

### Revenu après impôt moyen en 2020

En 2020, le revenu après impôt moyen à Amherst était de 38 200 \$ pour la population de 15 ans et plus : 43 100 \$ pour les hommes et 32 700 \$ pour les femmes.

### Personnes vivant seules en 2021

Chez les 15 ans et plus, le pourcentage de personnes qui vivaient seules à Amherst en 2021 étaient de 22,8 %. Chez les 65 ans et plus, ce pourcentage était de 33,3 %.

**Personnes n'ayant aucun diplôme, certificat ou grade en 2021**  
Le pourcentage de personnes de 25 à 64 ans d'Amherst qui n'avait aucun diplôme, certificat ou grade en 2021 était de 21,6 %, ce qui était supérieur à celui de la MRC des Laurentides (15,1 %), de la région des Laurentides (13,1 %) et du Québec (11,8 %). Chez les 65 à 74 ans, le pourcentage était de 20,8 % et chez les 75 ans et plus, de 31,8 %.

### Langue maternelle pour les groupes d'âge de 55 ans et plus - 2021

Groupe d'âge	Français	Anglais	Langue non officielle
55 à 64 ans	385	25	5
65 à 74 ans	330	10	5
75 ans et plus	130	5	5

### Âge moyen en 2021 : 49,6 ans

L'âge moyen des résidents d'Amherst en 2021 était plus élevé que celui de la MRC des Laurentides (48,3 ans), de la région des Laurentides (43,2 ans) et du Québec (42,8 ans).

### Vitalité économique en 2022

Amherst occupait le 52e rang à l'échelle régionale sur 74 municipalités au niveau de la vitalité économique .

### Personnes vivant sous la mesure de faible revenu après impôts en 2020

La fréquence de personnes vivant sous la mesure de faible revenu après impôt à Amherst était en 2020 de 17,4 %. Chez les 65 ans et plus, ce pourcentage était de 21,6 %

## Mise en œuvre du plan d'action

Un comité a été créé par le conseil municipal pour effectuer le suivi de la mise en œuvre du plan d'action de la politique. Le mandat du comité de suivi et les principaux rôles et responsabilités de ses membres se lisent comme suit :

1. Suivre et soutenir la réalisation des actions lors du processus de mise en œuvre
2. Effectuer le suivi du plan d'action à la lumière des progrès réalisés et des changements en cours dans le milieu
3. Participer aux échanges sur les questions concernant les personnes âgées
4. Faire des recommandations au conseil municipal sur l'évolution des actions
5. Poursuivre la réflexion sur l'évolution et l'émergence d'enjeux dans la communauté
6. Agir, au besoin, à titre d'agents de mobilisation pour favoriser la participation des acteurs du milieu

Ce mandat du comité sera exécuté avec la collaboration du personnel de la Municipalité et de ses partenaires identifiés au plan d'action.

Un rapport annuel de réalisation sera transmis au conseil municipal et sera par la suite communiqué aux citoyennes et aux citoyens d'Amherst.

# PLAN D'ACTION DE LA POLITIQUE

## Objectifs et actions

Un ou plusieurs objectifs sont énoncés pour chacun des champs d'action et ils comprennent chacun une ou plusieurs actions : 22 objectifs et 56 actions sont indiqués au plan d'action.

## Services responsables

Le ou les services municipaux responsables de la mise en œuvre des actions sont identifiés.

## Partenaires de la Municipalité

Pour certaines actions, un ou des partenaires sont mentionnés, par exemple des organismes qui desservent les personnes âgées d'Amherst.

## Ressources, échéancier, résultats attendus et groupes visés (familles et/ou personnes âgées)

Ces informations sont reproduites pour chacune des actions.

## Abréviations utilisées dans le plan d'action

APHVAL - Association des personnes handicapées visuelles et aveugles des Laurentides

CAB des Laurentides - Centre d'action bénévoles des Laurentides

CISSSLAU - Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides

MRC - MRC des Laurentides

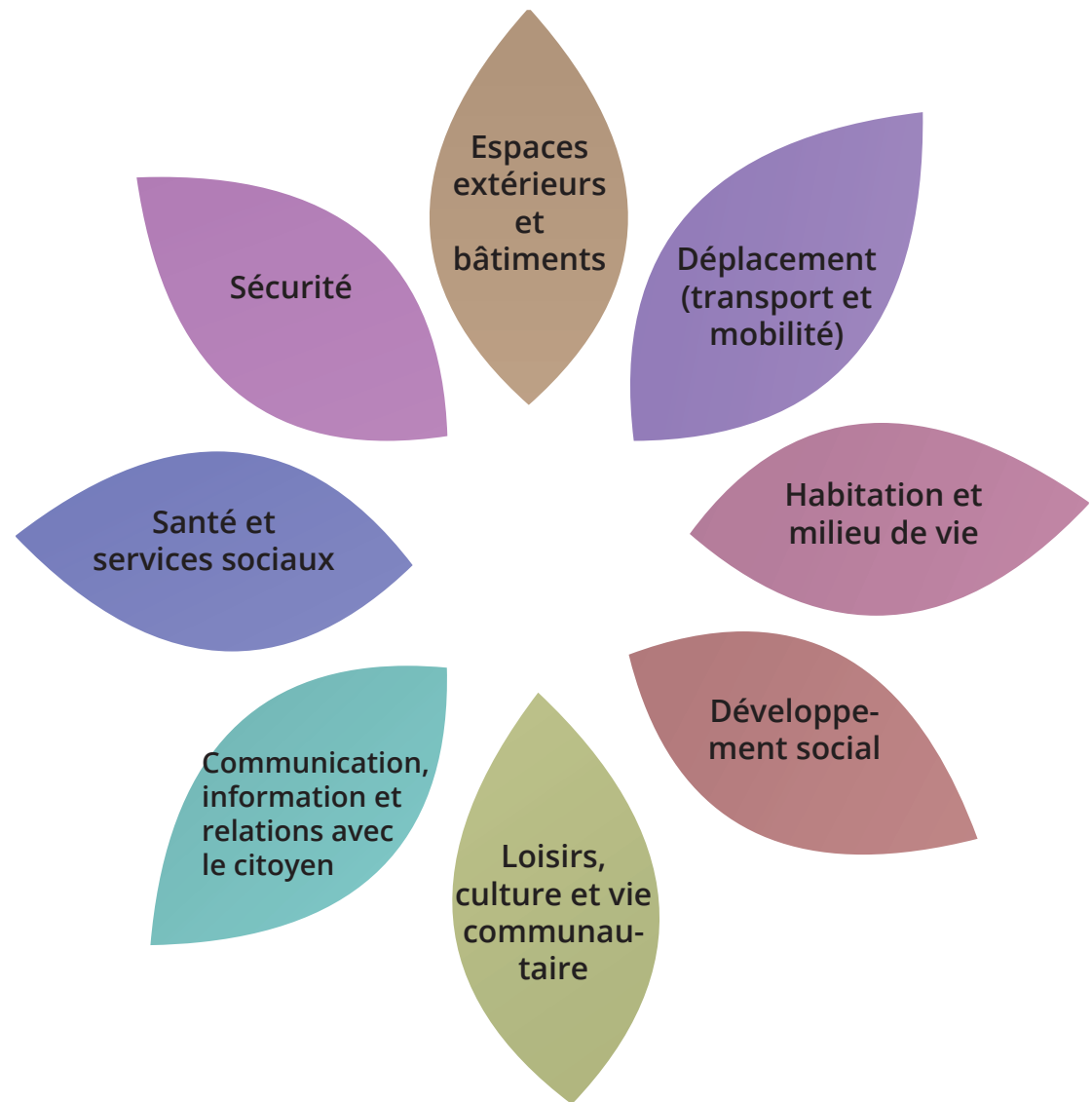
MTQ - Ministère des Transports du Québec

RPDSL - Regroupement des partenaires pour le développement social de la MRC des Laurentides

SQ - Sûreté du Québec

TACL - Transport adapté et collectif des Laurentides

## Champs d'action



## ORIENTATION 1 : HABITATION ET MILIEU DE VIE

OBJECTIF 1 : Diffuser des informations sur les programmes et les services relatifs à l'habitation				
Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
1. Faire connaître les programmes et les services relatifs à l'habitation, dont ceux qui s'adressent aux personnes âgées.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
OBJECTIF 2 : Encourager le maintien et le développement de services et de commerces				
Actions	Responsable et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
2. Supporter des initiatives par lesquelles des services sont accessibles aux personnes âgées (ex. par des entreprises et des jeunes).	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et nature des initiatives supportées</li> </ul>
3. Étudier la possibilité de conclure une entente sur l'aide à la vie domestique (entretien ménager, préparation de repas et courses), des services d'assistance personnelle et des services de répit aux proches aidants.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> Coopérative de solidarité Aide Chez Soi des Sommets	Intégrées dans les activités du service	2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>Étude complétée</li> </ul>
4. Faire connaître le service de travaux légers pour aînés à domicile du CAB des Laurentides.	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaire</b> CAB des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

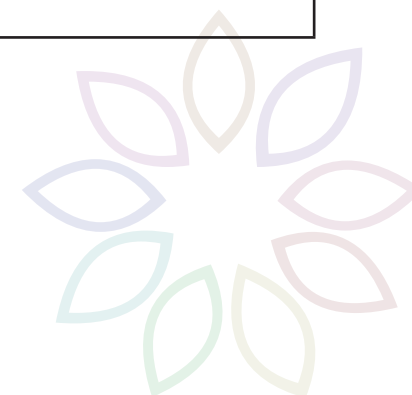
## ORIENTATION 2 : DÉPLACEMENT (TRANSPORT ET MOBILITÉ)

OBJECTIF 1 : Favoriser le transport actif				
Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
5. Faciliter et sécuriser les déplacements des personnes âgées de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> CISSSLAU	Intégrées dans les activités du service	2026 et 2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fréquence et nature des actions posées</li> </ul>
OBJECTIF 2 : Favoriser l'utilisation et l'accès au transport collectif				
Actions	Responsable et partenaire	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
6. Étudier à nouveau la possibilité qu'un arrêt pour le taxibus soit ajouté dans le secteur Vendée.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> TACL	Intégrées dans les activités du service	2026 et 2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Étude complétée</li> </ul>
7. Étudier la possibilité de modifier l'entente entre le CAB des Laurentides et la Municipalité pour élargir le territoire jusqu'à Montréal pour les rendez-vous médicaux.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> CAB des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>Étude complétée</li> </ul>
8. Entreprendre des échanges avec le TACL sur la possibilité d'offrir certains titres de transport à tarif réduit aux personnes âgées.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> TACL	Intégrées dans les activités du service	2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fréquence et nature des échanges</li> </ul>

## ORIENTATION 3 : SÉCURITÉ

OBJECTIF 1 : Favoriser la sécurité des personnes âgées				
Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
9. Poursuivre la tenue de conférences sur la prévention des fraudes envers les personnes âgées.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes dont FADOQ Laurentides, Prévoyance envers les aînés des Laurentides et SQ	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des conférences</li> </ul>
10. Poursuivre la diffusion d'information sur le programme SécuriCAB (appels automatisés).	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaire</b> CAB des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
11. Faire connaître le programme secours adapté et les modalités pour s'y inscrire.	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaires</b> Prévoyance envers les aînés des Laurentides et APHVAL	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
12. Dresser une liste des personnes résidant dans la Municipalité qui pourraient avoir besoin d'aide.	<b>Responsables</b> Loisirs et culture et conseiller aux relations avec les organismes et associations <b>Partenaire</b> Prévoyance envers les aînés des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liste dressée et mise à jour</li> </ul>
13. Participer au déploiement du projet pilote Super Voisins.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> RPDSL	Intégrées dans les activités du service	2026 et 2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participation au déploiement</li> </ul>
14. Poursuivre les démarches avec l'Association du lac de la Décharge pour améliorer l'aménagement du sentier donnant accès au lac	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> Association du lac de la Décharge	Intégrées dans les activités du service	2026	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fréquence et nature des démarches</li> </ul>



## OBJECTIF 2 : Accroître la sécurité sur les voies de circulation, notamment la route 323 et le chemin de Vendée

Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
15. Poursuivre les échanges avec le MTQ pour sécuriser la route 323, notamment en lien avec l'ajout de trottoirs et d'un îlot à l'entrée est (école) du secteur Saint-Rémi et en ce qui concerne l'intersection du chemin de Vendée et de la route 323.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaires</b> MTQ et MRC des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des échanges</li> </ul>
16. Poursuivre la sensibilisation des automobilistes au sujet des limites de vitesse.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
17. Poursuivre les rencontres avec la SQ sur le respect des limites de vitesse et une plus grande présence policière.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> SQ	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des rencontres</li> </ul>
18. Poursuivre l'instauration de mesures d'atténuation de vitesse aux endroits requis.	<b>Responsable</b> Travaux publics <b>Partenaire</b> Club de l'Âge d'or de Vendée	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2028	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesures installées</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
19. Poursuivre les rencontres du comité de la voirie municipale qui actualise, après analyse, les propositions sur les limites de vitesse.	<b>Responsable</b> Direction générale	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des rencontres</li> </ul>
20. Étudier la possibilité d'ajouter des bancs.	<b>Responsable</b> Travaux publics <b>Partenaire</b> CISSSLAU	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2028	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Étude complétée</li> </ul>
21. Poursuivre les initiatives pour faciliter l'accessibilité au sentier reliant les secteurs Saint-Rémi et Vendée.	<b>Responsable</b> Travaux publics	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2028	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et nature des initiatives</li> </ul>

## ORIENTATION 4 : COMMUNICATION, INFORMATION ET RELATION AVEC LE CITOYEN

<b>OBJECTIF 1 : Favoriser l'accès aux informations par les personnes âgées</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
22. Poursuivre la diffusion d'informations sur la façon de s'inscrire au système automatisé d'alerte de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
23. Poursuivre la diffusion d'informations sur la façon de s'abonner à l'info-lettre.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
24. Maintenir et mettre à jour la section dédiée aux personnes âgées sur le site Internet de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
25. Maintenir la section dédiée aux personnes âgées dans le bulletin municipal.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
26. Poursuivre la tenue de cliniques informatiques.	<b>Responsables</b> Communications, Loisirs et culture et bibliothèque	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des cliniques</li> </ul>
27. Faire connaître les activités à l'aide de différents supports visuels.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications à l'aide de différents supports visuels</li> </ul>
<b>OBJECTIF 2 : Faciliter la compréhension et l'accès aux travaux du conseil municipal</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsable et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
28. Publier un résumé des travaux du conseil municipal à la suite de chacune de ses séances.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Publication d'un résumé des travaux du conseil à la suite de chacune de ses séances</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
29. Publier davantage d'informations en lien avec les projets d'envergure.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

## ORIENTATION 5 : LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

<b>OBJECTIF 1 : Revoir l'offre d'activités destinée aux personnes âgées et faire connaître l'offre révisée</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
30. Réviser l'offre d'activités en lien avec celles identifiées par les personnes âgées dans le cadre des consultations (sports, cours, ateliers, activités sociales, etc.).	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes dont Loisirs de Vendée et Club de l'Âge d'or de Vendée	Intégrées dans les activités du service	2026 et 2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Offre révisée</li> </ul>
31. Faire connaître l'offre d'activités révisée.	<b>Responsables</b> Loisirs et culture et communications	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
32. Faire des démarches pour que les ateliers « Cerveaux actifs » soient accessibles aux personnes âgées de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture	Intégrées dans les activités du service	2026 et 2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Démarches effectuées</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
33. Faire connaître davantage les activités gratuites ou à tarif réduit, par exemple celles subventionnées en tout ou en partie par la Municipalité.	<b>Responsable</b> Communications et Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes dont La Samaritaine de Mont-Tremblant	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

<b>OBJECTIF 2 : Faciliter l'accès à des installations sportives par les personnes âgées</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
34. Maintenir l'entente avec la Ville de Mont-Tremblant (carte Expérience Mont-Tremblant) qui permet aux citoyens d'Amherst d'avoir accès à des installations sportives de cette ville.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> Ville de Mont-Tremblant	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entente maintenue</li> </ul>
<b>OBJECTIF 3 : Faciliter la tenue de rencontres et la participation à des activités</b>				
35. Étudier la possibilité d'aménager une salle communautaire multifonctionnelle dans le secteur Saint-Rémi.	<b>Responsable</b> Direction générale	Intégrées dans les activités du service	2028	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Étude complétée</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
36. Étudier la possibilité de rendre disponible un service de navette (covoiturage) pour participer à des activités dans les différents secteurs de la Municipalité.	<b>Responsables</b> Direction générale, Communications et Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités des services	2027	<ul style="list-style-type: none"> <li>Étude complétée</li> </ul>

## ORIENTATION 6: DÉVELOPPEMENT SOCIAL (PARTICIPATION, RESPECT ET INCLUSION)

<b>OBJECTIF 1 : Favoriser la participation des personnes âgées</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
37. Faire connaître la politique des personnes âgées et son plan d'action.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
38. Tenir au moins deux réunions par année du comité de suivi de la mise en œuvre du plan d'action de la politique.	<b>Responsable</b> Direction générale	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deux réunions tenues annuellement</li> </ul>
39. Consulter le comité de suivi sur les questions concernant les personnes âgées.	<b>Responsable</b> Direction générale	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des consultations</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
40. Faire connaître le bilan de réalisation annuel du plan d'action de la politique.	<b>Responsable</b> Communications	Intégrées dans les activités du service	2027 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Communications annuelles (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
<b>OBJECTIF 2 : Favoriser le bénévolat chez les personnes âgées</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
41. Publier les informations sur les besoins des organismes et de la Municipalité en termes de bénévolat.	<b>Responsables</b> Communications et loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes dont le CAB des Laurentides	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
42. Poursuivre la reconnaissance des bénévoles lors du 5 à 7 de Noël.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconnaissance annuelle poursuivie</li> </ul>
43. Élaborer une liste de bénévoles en lien avec les activités organisées par la Municipalité.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liste élaborée et mise à jour</li> </ul>

### OBJECTIF 3 : Favoriser le respect et l'inclusion sociale des personnes âgées

Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
44. Participer à l'organisation d'activités sur le respect et l'inclusion sociale des personnes âgées (ex. formation de Prévoyance envers les aînés des Laurentides et ateliers du Réseau d'éclaireurs en santé psychologique).	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes dont Prévoyance envers les aînés des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nature et fréquence des participations</li> </ul>
45. Diffuser de l'information sur l'âgisme et la discrimination et leurs impacts sur les personnes âgées.	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaire</b> Organismes	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
46. Supporter le maintien d'une sentinelle et d'éclaireurs sur le territoire de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaires</b> Organismes dont Prévoyance envers les aînés des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nature et fréquence des supports</li> </ul>
47. Poursuivre la tenue de la fête du voisinage qui contribue notamment à briser l'isolement social.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes et CISSSLAU	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fête tenue annuellement</li> </ul>
Politique des aînés - Municipalité d'Amherst				26

<b>OBJECTIF 4 : Promouvoir la journée internationale des aînés (1er octobre)</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
48. Souligner la journée internationale des aînés.	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Communications annuelles (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
<b>OBJECTIF 5 : Sensibiliser la population sur la prévention de la maltraitance envers les personnes âgées</b>				
49. Continuer de souligner la journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées (15 juin).	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaires</b> Organismes et CISSSLAU	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Communications annuelles (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
50. Poursuivre la diffusion d'informations sur les ressources à qui s'adresser en cas de situation de maltraitance.	<b>Responsable</b> Communications <b>Partenaires</b> Organismes dont Prévoyance envers les aînés des Laurentides	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
<b>OBJECTIF 6 : Favoriser l'accessibilité à des activités par les personnes âgées</b>				
51. Maintenir l'offre d'activités à prix réduit pour les personnes âgées.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre d'activités maintenues</li> </ul>

<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
52. Participer à l'organisation d'activités intergénérationnelles.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nature et fréquence des participations</li> </ul>

## ORIENTATION 7 : SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

<b>OBJECTIF 1 : Améliorer l'accessibilité aux professionnels de la santé</b>				
<b>Actions</b>	<b>Responsables et partenaires</b>	<b>Ressources</b>	<b>Échéancier</b>	<b>Résultats attendus</b>
53. Faire des représentations pour améliorer l'accessibilité des personnes âgées aux professionnels de la santé, notamment pour un service de prises de sang et de vaccination sur le territoire de la Municipalité.	<b>Responsable</b> Direction générale <b>Partenaire</b> CISSLAU	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2028	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et nature des représentations effectuées</li> </ul>
<b>OBJECTIF 2 : Promouvoir les programmes et services communautaires et publics pour les personnes âgées</b>				
54. Faire connaître les programmes et services communautaires et publics pour les personnes âgées (ex. Info santé 811 et organismes locaux).	<b>Responsables</b> Communications et loisirs et culture <b>Partenaires</b> Organismes	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>

### OBJECTIF 3 : Contribuer à la mise en place d'initiatives favorisant une saine alimentation chez les personnes âgées

Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
55. Collaborer à la tenue d'ateliers culinaires au Trait d'Union de St-Rémi.	<b>Responsable</b> Loisirs et culture <b>Partenaires</b> L'Étincelle d'Amherst et Bouffe Laurentienne	Intégrées dans les activités du service	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nature et fréquence des collaborations</li> </ul>

### OBJECTIF 4 : ENCOURAGER L'ADOPTION DE SAINES HABITUDES DE VIE

Plusieurs objectifs et actions du plan d'action sont en lien avec cet objectif, notamment :

<ul style="list-style-type: none"> <li>Favoriser le transport actif</li> <li>Accroître la sécurité sur les voies de circulation, notamment la route 323 et le chemin de Vendée (touche notamment les piétons et les cyclistes)</li> <li>Étudier la possibilité d'ajouter des bancs</li> <li>Poursuivre les initiatives pour faciliter l'accessibilité au sentier reliant les secteurs Saint-Rémi et Vendée</li> <li>Faire des démarches pour que les ateliers « Cerveaux actifs » soient accessibles aux personnes âgées de la Municipalité</li> <li>Maintenir l'entente avec la Ville de Mont-Tremblant (carte Expérience Mont-Tremblant) qui permet aux citoyens d'Amherst d'avoir accès à des installations sportives de cette ville</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réviser l'offre d'activités en lien avec celles identifiées par les personnes âgées dans le cadre des consultations (sports, cours, ateliers, activités sociales, etc.)</li> <li>Faire connaître l'offre d'activités révisée</li> <li>Participer à l'organisation d'activités sur le respect et l'inclusion sociale des personnes âgées</li> <li>Poursuivre la tenue de la fête du voisinage qui contribue notamment à briser l'isolement social</li> <li>Maintenir l'offre d'activités à prix réduit pour les personnes âgées</li> <li>Participer à l'organisation d'activités intergénérationnelles</li> </ul>
--	---

## ORIENTATION 8 : ESPACES EXTÉRIEURS ET BÂTIMENTS

OBJECTIF 1 : Améliorer l'accessibilité aux professionnels de la santé				
Actions	Responsables et partenaires	Ressources	Échéancier	Résultats attendus
56. Faire connaître les installations de la Municipalité qui favorisent un vieillissement actif, notamment sur la façon de les utiliser (installations sportives, parcours actif et d'exercice, bancs, pergola, table à pique-nique).	<b>Responsables Communications et loisirs et culture</b>	Intégrées dans les activités des services	2026 à 2029	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nombre et fréquence des communications (ex. site Internet, réseaux sociaux et bulletin municipal)</li> </ul>
<p>Certaines actions du plan d'action concernent ou pourraient éventuellement concerner des espaces extérieurs ou bâtiments de la Municipalité, notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faciliter et sécuriser les déplacements des personnes âgées de la Municipalité</li> <li>Poursuivre les démarches avec l'Association du lac de la Décharge pour améliorer l'aménagement du sentier donnant accès au lac</li> <li>Poursuivre les échanges avec le MTQ pour sécuriser la route 323, notamment en lien avec l'ajout de trottoirs et d'un îlot à l'entrée est (école) du secteur Saint-Rémi et en ce qui concerne l'intersection du chemin de Vendée et de la route 323</li> <li>Poursuivre l'instauration de mesures d'atténuation de vitesse aux endroits requis</li> <li>Poursuivre les rencontres du comité de la voirie municipale qui actualise, après analyse, les propositions sur les limites de vitesse</li> <li>Étudier la possibilité d'ajouter des bancs</li> <li>Poursuivre les initiatives pour faciliter l'accessibilité au sentier reliant les secteurs Saint-Rémi et Vendée</li> <li>Étudier la possibilité d'aménager une salle communautaire multifonctionnelle dans le secteur Saint-Rémi</li> </ul>				

## ABRÉVIATIONS UTILISÉES

- MTQ
- MRC
- SQ
- SAAQ
- TAACL
- CABL
- CASA Laurentides
- SCHL

Ministère du Transport du Québec  
MRC des Laurentides  
Sûreté du Québec  
Société de l'assurance automobile du Québec  
Transport adapté et collectif des Laurentides  
Centre d'action bénévole Laurentides  
Concert Action Soutien Autonomie des Laurentides  
Société canadienne d'hypothèques et de logement

## CRÉDITS

**Coordination de la démarche ainsi que rédaction de la politique et du plan d'action**  
Marie-Josée Dubé, Dubé Barsalou communications

**Conception graphique et infographie**  
Service des communications, Municipalité d'Amherst

© Municipalité d'Amherst, avril 2026

**Renseignements**  
819 681-3372 – [lo@municipalite.amherst.qc.ca](mailto:lo@municipalite.amherst.qc.ca)



**Municipalité  
amie des aînés**

En partenariat avec :

**Québec** 