

**2024-2029**

Plan d'action collectif des  
**personnes aînées**  
de Montréal-Nord



Montréal-Nord  
**Montréal** Montréal-Nord

# Mot d'introduction

## Message du comité de pilotage

Le Plan d'action collectif des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029 est le fruit d'un travail concerté de longue haleine. C'est le plan d'action collectif du territoire de Montréal-Nord : celui des personnes aînées elles-mêmes et de tous les organismes et individus qui travaillent auprès de celles-ci.

Les personnes aînées en sont parties prenantes : ce sont elles qui ont dessiné les grandes orientations, les objectifs et les actions de ce plan, en prenant la parole lors du Rendez-vous des personnes aînées de Montréal-Nord qui a réuni 250 membres de cette communauté le 31 mai 2023. C'est le bilan de cet événement qui est à la source de ce plan d'action collectif, et des personnes aînées en ont validé le contenu lors d'une rencontre spéciale qui s'est tenue le 20 mars 2024.

Pour réaliser ce Rendez-vous des personnes aînées et le plan d'action collectif qui en découle, un comité de pilotage a été formé et une alliance créée entre tous les partenaires : organismes communautaires pour les personnes aînées ou ayant un volet y étant relié (Carrefour des retraités de Montréal-Nord, AQDR-Section Montréal-Nord, Centre d'action bénévole de Montréal-Nord), Comité de réflexion sur le vieillissement (CRV), Table de quartier de Montréal-Nord (TQMN), Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Nord-de-l'Île-de-Montréal (CIUSSS NIM), Poste de quartier 39 (PDQ 39) et Arrondissement de Montréal-Nord.

### Les membres du comité de pilotage

Ce plan d'action collectif se veut **éolutif, rassembleur et ancré dans les réalités et les besoins des personnes aînées de Montréal-Nord.** Il représente notre engagement concret envers celles-ci. Ensemble, nous traçons un meilleur chemin pour nos personnes aînées d'aujourd'hui et de demain!



# Mot conjoint de la maire et de la conseillère de la Ville

**Chères citoyennes, chers citoyens,**

L'Arrondissement de Montréal-Nord, à travers sa mission municipale, ses services et ses ressources, est fier d'être partie prenante de cette démarche collective du Plan d'action des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029.

**Les personnes aînées nord-montréalaises contribuent de façon essentielle au développement de notre communauté.**

Pour notre administration, il est primordial de favoriser la participation des personnes aînées aux décisions qui les concernent, d'où l'action prévue dans ce plan de mettre en place, en 2025, un conseil consultatif municipal des personnes aînées à Montréal-Nord. Par l'entremise de ce Conseil, nous serons en mesure de poursuivre le dialogue avec les personnes aînées

de notre territoire afin que leurs aspirations, leurs besoins et leurs contributions soient continuellement entendus, reconnus et pris en compte.

Montréal-Nord se distingue par l'ensemble de ses démarches collectives à travers la mise en place de divers plans, par exemple, ceux-ci : Développement social, Priorité Jeunesse, Violence conjugale, Habitation, Culture, tout comme celui des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029, qui vient à son tour enrichir notre boîte à outils collective.

**Un monde de ressources est à la portée de nos personnes aînées!**



**Christine Black**  
Mairesse de l'arrondissement  
de Montréal-Nord



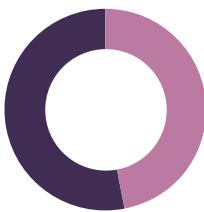
**Chantal Rossi**  
Conseillère de la Ville,  
district Ovide-Clermont



## Mise en contexte

### 1 Statistiques sur les personnes aînées de Montréal-Nord

En 2021, sur une population totale de 88 471 personnes habitant à Montréal-Nord, 16 935 étaient âgées de 65 ans et plus, réparties comme suit : 57 % (9 660) sont des femmes et 43 % (7 270) sont des hommes<sup>1</sup>. Les personnes aînées représentent 19,1 % de la population totale, soit près d'une personne sur cinq.



Près de la moitié (47 %) des personnes de 65 ans et plus sont des personnes immigrantes, la majorité étant d'origine italienne et haïtienne.

Le nombre de personnes aînées selon les groupes d'âge se décline ainsi :

65 à 69 ans	<b>4 400</b>
70 à 74 ans	<b>3 960</b>
75 à 79 ans	<b>3 060</b>
80 à 84 ans	<b>2 600</b>
85 ans et plus	<b>2 920</b>

Sur ce nombre, Montréal-Nord comptait aussi, en 2021, **25 centenaires!**



## 2 Raison du plan d'action collectif

Le Plan d'action collectif des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029 vise à valoriser la pleine implication citoyenne et sociale des personnes aînées et à améliorer leur qualité de vie sur le territoire nord-montréalais.

**Il veut répondre d'une façon concrète et cohérente aux enjeux du vieillissement à Montréal-Nord, à partir de la parole des personnes aînées, en misant sur une approche intégrée et l'alliance des forces de tous les acteurs concernés afin de maximiser les impacts sur leurs conditions de vie.**

# 3

## Écosystème du réseau personnes aînées à Montréal-Nord

Ce plan d'action collectif est le fruit d'une démarche qui ne date pas d'hier. Il est issu d'un « écosystème » local qui regroupe plusieurs acteurs communautaires et institutionnels offrant des services ou des activités aux personnes aînées :

Figure 1



Les personnes aînées de Montréal-Nord bénéficient aussi d'activités offertes par les organismes de loisirs qui font partie de cet écosystème; pensons, par exemple, aux **Clubs de l'âge d'or** ou au **Cercle du 3<sup>e</sup> âge de Montréal-Nord**.

# 4 Historique de la démarche collective

Dès 2017 et 2018, le Comité de réflexion sur le vieillissement (CRV) organise deux forums sur le thème Vivre et vieillir à Montréal-Nord. Ces forums ont permis de dégager des constats et des pistes de solution pour les personnes aînées, notamment concernant l'importance de briser l'isolement auquel elles font face, de travailler à leur inclusion sociale et de préserver leur autonomie.

En tenant compte de ces constats, un comité de pilotage (voir figure 1) est formé en 2019 dans le but d'élaborer un plan d'action collectif. Pour préciser certains besoins des personnes aînées, l'arrondissement de Montréal-Nord réalise en 2020 une préconsultation de la communauté concernée, en abordant notamment les thèmes suivants : la santé et le rôle des personnes proches aidantes, les déplacements sécuritaires, l'isolement, les relations intergénérationnelles et la participation sociale, l'habitation, les activités culturelles, de sports et de loisirs ainsi que la sécurité alimentaire.

Figure 2



En 2020, l'arrivée de la pandémie suspend les travaux du comité de pilotage, qui reprend ses activités en 2023. Compte tenu des impacts sociosanitaires de la pandémie sur les personnes aînées, le besoin de faire une mise à jour sur leurs besoins et aspirations se fait sentir. Après la COVID, les besoins et pistes de solution identifiés avant la pandémie ont-ils évolué? Où en sont rendues les

personnes aînées après cette grande épreuve collective? C'est pour répondre à ces questions que le Rendez-vous des personnes aînées de Montréal-Nord du 31 mai 2023 est organisé en donnant la parole à 250 membres de cette communauté.

## À partir du bilan de ce rassemblement, le comité de pilotage poursuit son travail et dépose, en septembre 2024, le Plan d'action collectif des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029.

Parallèlement au déroulement de cette démarche locale, la Ville de Montréal adopte, en septembre 2023, sa Stratégie municipale pour les personnes aînées 2023-2030, dans le cadre de la démarche Municipalité amie des personnes aînées (MADA) à laquelle la Ville de Montréal adhère.



Cette stratégie compte trois orientations :

- 1** Répondre de manière équitable aux besoins essentiels;
- 2** Faciliter l'épanouissement et la résilience;
- 3** Soutenir la participation de la communauté.

Le plan d'action local de Montréal-Nord s'inscrit aussi dans cette démarche MADA et s'arrime à la Stratégie municipale pour les personnes aînées de la Ville de Montréal.

# Plan d'action

## Orientation 1

Encourager la participation citoyenne des personnes aînées à la vie citoyenne dans un contexte et un esprit de solidarité

### Objectif 1.1

Faciliter la prise de parole des personnes aînées et promouvoir leur influence dans le développement, l'adaptation et l'évaluation des politiques et des services qui leur sont destinés



#### Action 1.1.1

Développer des mécanismes récurrents de consultation pour mieux connaître les besoins des personnes aînées et favoriser leur participation citoyenne (ex. : conseil des personnes aînées, conseil consultatif, etc.).



## Objectif 1.2

Réduire l'isolement en soutenant la participation sociale des personnes âgées de Montréal-Nord



- **Action 1.2.1**  
Faire connaître et valoriser les occasions de bénévolat pour et par les personnes âgées en :
  - a. proposant et promouvant les activités de bénévolat adaptées aux personnes âgées;
  - b. développant un outil des meilleures pratiques à l'intention des organismes.

- **Action 1.2.2**  
Tenir des rencontres d'information pour reconnaître et valoriser la proche aidance auprès des personnes âgées de Montréal-Nord.
- **Action 1.2.3**  
Présenter l'outil de référencement en proche aidance aux intervenant.e.s des organismes communautaires de Montréal-Nord.
- **Action 1.2.4**  
Tenir des ateliers d'information et de sensibilisation des personnes proches aidantes (PPA) issues de groupes ethnoculturels minoritaires et de langue anglaise (PAGEMA) et autour des outils et ressources en proche aidance.
- **Action 1.2.5**  
Former des PAGEMA pour les soutenir dans leur tâche de proche aidance/prévention de la maltraitance.
- **Action 1.2.6**  
Favoriser la concertation/Rencontrer les leaders religieux.ses du nord de l'île.
- **Action 1.2.7**  
Traduire et distribuer des documents et outils en proche aidance dans les langues les plus parlées dans le nord de l'île.
- **Action 1.2.8**  
Bonifier l'offre d'ateliers d'apprentissage et de développement de compétences numériques.
- **Action 1.2.9**  
Appuyer les actions territoriales de valorisation des compétences des personnes âgées.

## Objectif 1.3



Favoriser la participation des personnes âgées à des activités physiques, culturelles et communautaires

### Action 1.3.1

Faire connaître et bonifier l'offre d'activités municipales et communautaires destinées aux personnes âgées, notamment en visant :

- a. le rapprochement interculturel;
- b. l'apprentissage en continu;
- c. l'amélioration de la santé mentale;
- d. les activités intergénérationnelles;
- e. les activités sportives;
- f. la diffusion des informations.

### Action 1.3.2

Pérenniser les activités des Olympiades des Aînés et Kermesse des Aînés.

# Orientation 2

Favoriser la qualité de vie des personnes aînées

## Action 2.1.1

Concevoir des aménagements publics accessibles.

## Action 2.1.2

Sensibiliser les différent.e.s chargé.e.s de projets en transport et déplacement à développer le Réflexe aîné.

## Action 2.1.3

Poursuivre les interventions pour l'éclairage et l'entretien des trottoirs et des passages piétonniers (déneigement et déglaçage).

## Objectif 2.1

Faciliter la mobilité, les déplacements actifs sécuritaires des personnes aînées sur le territoire

## Action 2.2.1

Sensibiliser les personnes aînées à l'exercice de leurs droits et responsabilités

## Action 2.2.1

S'assurer d'une représentation des personnes aînées au Plan de développement social de Montréal-Nord (PDS) 2021-2026 (axe 3) et au comité Fierté habitation.

## Action 2.2.2

Informer et sensibiliser les locataires quant à leurs droits et recours en matière de logement ainsi qu'aux alternatives possibles au marché privé de l'habitation (logements sociaux et communautaires).



## Objectif 2.3

Développer de nouvelles initiatives pour bonifier l'offre de services aux personnes aînées



### Action 2.3.1

Déployer les travailleurs de milieu pour les personnes aînées de Montréal-Nord - Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV).

### Action 2.3.2

Documenter l'état de situation et des trous de services en soutien à domicile (SAD) :

- a. institutionnels;
- b. communautaires;
- c. privés.

### Action 2.3.4

Développer une cellule de travail pour la référence entre les milieux communautaire et institutionnel :

- a. protocole de non-réponse;
- b. communauté de pratique;
- c. identification d'outils;
- d. signalements;
- e. promotion des initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV).

### Action 2.3.3

Appuyer les initiatives de maintien à domicile et favoriser l'autonomie des personnes aînées. Renforcer les liens de collaboration avec les organismes d'aide à domicile qui desservent Montréal-Nord.

### Action 2.3.5

Offrir un programme de prévention de chutes aux personnes aînées de Montréal-Nord.

### Action 2.3.6

Soutenir des projets qui aident les personnes aînées dans l'adaptation de leur domicile en :

- a. identifiant les besoins;
- b. diffusant les informations sur les projets et les programmes de financement existants.

## Objectif 2.4



Améliorer l'accessibilité des personnes aînées à une saine alimentation abordable

- **Action 2.4.1**  
Faire la promotion de la popote roulante.
- **Action 2.4.2**  
Développer un service de dépannage d'urgence pour les personnes aînées (paniers d'urgence).
- **Action 2.4.3**  
Développer une stratégie pour améliorer les services de dépannage aux personnes aînées (transport, livraison, accueil, etc.).
- **Action 2.4.4**  
Consolider des services de transports vers les marchés et épiceries par le recrutement de bénévoles.
- **Action 2.4.5**  
Consolider La Caravane du Père Noël :
  - a. pérennité du projet;
  - b. mobilisation des partenaires;
  - c. mobilisation des citoyen.ne.s.



## Objectif 2.5

Consolider les connaissances et compétences en alimentation



- **Action 2.5.1**

Offrir des cours de cuisine adaptés (ex. : pour hommes, diètes spécifiques, personnes seules, etc.).

- **Action 2.5.2**

Rendre accessibles les activités d'agriculture urbaine en :

- identifiant les partenaires;
- installant des bacs;
- formant les personnes intéressées.

- **Action 2.5.3**

Développer des cuisines collectives.

- **Action 2.5.4**

Offrir des ateliers de nutrition aux personnes aînées de Montréal-Nord.

## Objectif 2.6

Offrir un environnement convivial et sécuritaire pour les personnes aînées



- **Action 2.6.1**

Cibler des lieux où tenir des ateliers et sensibiliser sur le bon voisinage.

- **Action 2.6.2**

Faire connaître le système d'appels automatisés s'adressant aux personnes aînées (ex. : programme SécuricAB – lignes dédiées pour les personnes aînées).

- **Action 2.6.3**

Poursuivre la sensibilisation au sujet des fraudes, arnaques, abus, maltraitance et intimidation.

# Orientation 3

## Développer et bonifier les communications et les partenariats

### Objectif 3.1

Promouvoir auprès des personnes aînées la multitude de services, ressources et activités qui leur sont dédiés



### Objectif 3.2

Faire connaître le plan d'action aux citoyen.ne.s et partenaires



#### Action 3.1.1

Organiser un Salon des personnes aînées.

#### Action 3.2.1

Organiser le lancement du plan d'action.

#### Action 3.1.2

Rejoindre les personnes aînées plus isolées afin de leur transmettre l'information en :

- a. cartographiant les « points d'entrée » (salons de coiffure, taxis, lieux de culte, pharmacies, etc.);
- b. développant des partenariats avec les entreprises et commerces locaux.

#### Action 3.1.3

Transmettre les informations et référer à la ligne info aîné.e.s (211, 311) et sensibiliser à l'utilisation du bottin et de la ligne info aîné.e.s.

# Orientation 4

## Gouvernance et financement du plan d'action

### Objectif 4.1

Assurer la mise en œuvre du plan d'action



#### Action 4.1.1

Assurer la coordination du plan d'action des personnes âgées et des actions du Comité de réflexion sur le vieillissement (CRV) en embauchant une personne.

#### Action 4.1.2

Consolider la gouvernance du plan d'action en :

- a. évaluant les différents modèles;
- b. mettant en place un modèle;
- c. s'appropriant les principes de gouvernance partagée.

#### Action 4.1.3

Assurer le financement et la pérennité des actions en :

- a. établissant un cadre financier;
- b. budgétisant les actions;
- c. consolidant les liens avec les fondations et les bailleurs de fonds.



# Modèle de gouvernance, cadre financier et évaluation du plan d'action

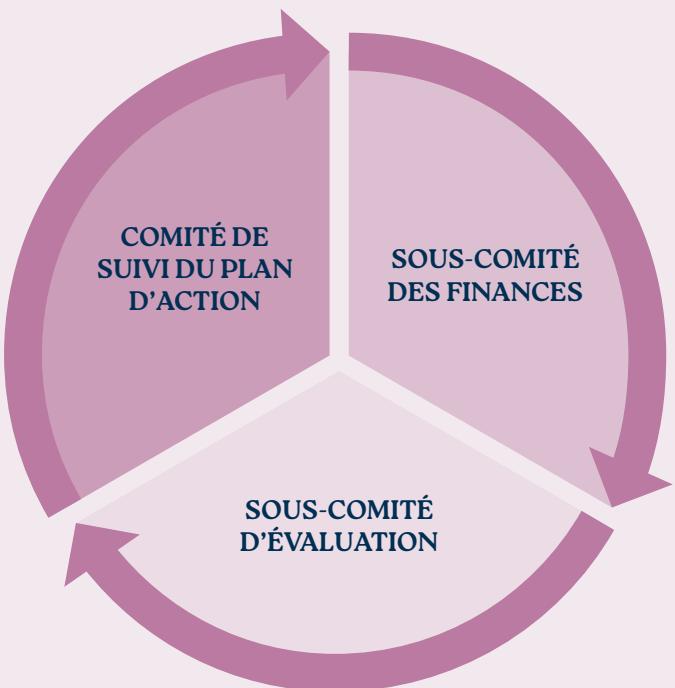
Pour soutenir le déploiement du Plan d'action collectif des personnes aînées de Montréal-Nord 2024-2029, il est proposé qu'un comité de suivi soit formé selon la même composition que celle du comité de pilotage. Au besoin, des partenaires ciblés pourront s'y joindre.

**Soutenu par une coordination au plan d'action, ce comité de suivi aura pour mandat :**

- 1** De veiller au déploiement et à la réalisation du plan d'action sur le territoire de Montréal-Nord;
- 2** De maintenir les liens de partenariat avec les instances de concertation, les organismes et les institutions du territoire;
- 3** De veiller au développement et au suivi du cadre financier;
- 4** De rendre compte annuellement des résultats et des effets générés par le plan d'action collectif.

Il sera soutenu par un sous-comité des finances et un sous-comité d'évaluation.

Figure 3



Le sous-comité des finances, qui a déjà commencé ses travaux en 2024, a pour mandat de chiffrer les actions prévues au plan d'action, d'assurer une veille des opportunités de financement et, après validation du comité de suivi, de déposer des demandes d'aide financière selon les modalités des programmes disponibles.

Le sous-comité d'évaluation sera chargé, quant à lui, de documenter les résultats et les effets de cette démarche collective.

Cette évaluation pourra se faire dans une optique de partage des connaissances et de construction et d'évolution collectives axée sur le sens des actions et l'objectif d'amélioration ou de transformation des conditions de vie des personnes aînées à Montréal-Nord.

À ce titre, un rapport annuel exécutif pourra être produit et présenté chaque année à la communauté nord-montréalaise, y compris les bailleurs de fonds et partenaires du plan d'action.

## Conclusion

Invitées à prendre la parole, les personnes aînées de Montréal-Nord ont été au Rendez-vous! Elles ont partagé leurs aspirations, leurs besoins et leurs attentes.

C'est au tour de la communauté d'y répondre avec ce plan d'action collectif! Ensemble dans nos efforts et notre collaboration pour le réaliser, ce plan d'action se veut évolutif, adapté aux réalités et aux besoins toujours en transformation des personnes aînées.

Dans cette optique, le modèle de gouvernance qui l'accompagne permettra à tous les partenaires impliqués d'être attentifs à ces évolutions et de s'y adapter, tout en croissant et en partageant les apprentissages qui ne manqueront pas de se présenter tout au long de ce parcours de réalisation.

Ce plan d'action collectif est une belle occasion de renforcer, encore une fois, notre solidarité envers toutes les personnes aînées de Montréal-Nord.

# Partenaires communautaires, institutionnels, citoyens de la démarche

Les partenaires de la démarche sont appelés à mettre en œuvre l'une ou l'autre des actions indiquées dans ce plan, durant sa période de réalisation sur cinq ans.

## Partenaires financiers (à la date de parution du plan d'action)

- Fondation Mirella et Lino Saputo (Rendez-vous des aînés de Montréal-Nord du 31 mai 2023)
- Arrondissement de Montréal-Nord – Ville de Montréal (Entente entre la Ville de Montréal et le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale)

## Partenaires du comité de pilotage

- Linda Therrien, Carrefour des retraités de Montréal-Nord
- Isabelle Desrochers, Centre d'action bénévole de Montréal-Nord
- Sylvie Lemay et Gaetana Colella, AQDR-Section Montréal-Nord
- Salim Beghdadi et Daniel Balthazar, Table de quartier de Montréal-Nord
- Nassim Bellila, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Nord-de-l'Île-de-Montréal (CIUSSS NIM)
- Anne-Marie Gauvreau, SPVM – Poste de quartier 39

### Arrondissement de Montréal-Nord : Élues

- Christine Black, Maire de l'arrondissement de Montréal-Nord
- Chantal Rossi, Conseillère de la Ville, District Ovide-Clermont

### Personnel administratif

- Claudel Toussaint, Direction Culture, sports, loisirs, développement social
- Marie-Claude Fournier, Division du développement social
- Nathalie Chapados, Division du développement social
- Sonia Valastro, Division des sports et loisirs
- Ariane Roy-Lafrance, Division Culture et bibliothèques

# Partenaires du comité du comité de pilotage élargi du 20 mars 2024

## (pour la validation du plan d'action collectif)

### Membres du comité de pilotage plus :

- Bureau de la députée provinciale Madwa-Nika Cadet
- Bureau du député fédéral Emmanuel Dubourg
- Cercle des fermières de Montréal-Nord
- Cercle du 3e âge
- CHSLD Champlain de Gouin/CIUSSS-NÎM
- Club de l'âge d'or des aînés Complexe Gouin-Langelier
- Club de l'Âge d'or Lacordaire
- Club de l'Âge d'or Ottawa
- Club de l'Âge d'or Sainte-Colette
- Club de l'Âge d'or Stella Alpina F et M
- Commissaire au développement économique, arrondissement
- Coordination en proche aidance, CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal-Nord
- Coordination provinciale-Personnes proches aidantes-MSSS- CIUSSS Centre Ouest
- CRAIC (Conseil Régional des Personnes Agées Italo-Canadiennes)

- Direction régionale de santé publique -CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
- Fondation Berthiaume du Tremblay
- Groupe d'entraide Alzheimer
- Habitations Les Boulevards
- Le Pôle
- Les Fourchettes de l'Espoir
- Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM)
- Pôle de communautaire et de santé sociale de Montréal-Nord (POLO)
- Présâges
- Programme RPA (RLS Ahuntsic et Montréal-Nord)
- Responsable de soutien aux élus, arrondissement
- Service de la diversité et de l'inclusion sociale (SDIS), Ville de Montréal
- SHAPEM
- Société d'histoire et de généalogie de Montréal-Nord



# Sources documentaires en soutien au plan d'action collectif

- Synthèse des constats et des suggestions des deux forums citoyens Vivre et vieillir à Montréal-Nord, Comité de réflexion sur le vieillissement, 2017-2018.
- Préconsultation des aîné.e.s de Montréal-Nord, Rapport de la démarche, Convercité, 26 février 2020.
- Les personnes âgées immigrantes et/ou racialisées : favoriser des milieux de vie inclusifs, Conseil interculturel de Montréal, 2021 : [ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/CONSEIL\\_INTERC\\_FR/MEDIA/DOCUMENTS/PAIR-MEP-FR-21-06-28.PDF](http://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/CONSEIL_INTERC_FR/MEDIA/DOCUMENTS/PAIR-MEP-FR-21-06-28.PDF)
- Bilan du Rendez-vous des personnes aînées de Montréal-Nord, événement du 31 mai 2023 à la Place Bourassa.
- Stratégie municipale pour les personnes aînées 2023-2030, Ville de Montréal, septembre 2023.  
[portail-m4s.s3.montreal.ca/pdf/strategie\\_municipale\\_pour\\_les\\_personnes\\_ainees\\_2023-2030.pdf](http://portail-m4s.s3.montreal.ca/pdf/strategie_municipale_pour_les_personnes_ainees_2023-2030.pdf)
- Pour consulter le plan d'action en ligne  
[montreal.ca/articles/des-plans-daction-collectifs-pour-developper-montreal-nord-ensemble-4806](http://montreal.ca/articles/des-plans-daction-collectifs-pour-developper-montreal-nord-ensemble-4806)





Montréal-Nord  
**Montréal** 