



CARNET DE RESSOURCES 2024



Accompagner au quotidien
les aidants de proches âgés



**L'option qui permet aux aînés
de rester chez soi !**

- Sortie d'hôpital
- Soins Personnel
- Préparation de repas
- Transport
- Accompagnement
- Répits



Rencontre d'évaluation Gratuite, sans engagement!

www.alliancesante.ca

+450-486-4666



TABLE DES MATIÈRES

À PROPOS DU CARNET DE RESSOURCES.....	4
BIBLIOTHÈQUE AMBULANTE	5
CONSEILLER EN HÉBERGEMENT.....	5
ENTRETIEN MÉNAGER	7
ÉPICERIES	8
ÉQUIPEMENTS ET SERVICES PERSONNALISÉS.....	8
INFORMATIONS, AIDE ET ÉCOUTE.....	9
PHARMACIES	14
REPAS CHAUD ET CONGELÉS.....	15
RÉPIT À L'EXTÉRIEUR DU DOMICILE	16
SOINS ET SERVICES À DOMICILE - RÉPIT.....	17
SYSTÈMES D'ALERTE MÉDICALE.....	22
TRANSPORTS, COURSES ET VISITES MÉDICALES.....	24
VISITES D'AMITIÉ ET COMMUNION À DOMICILE	25
AUTRES SERVICES PROFESSIONNELS À DOMICILE.....	27

Résidences Québec

Résidences personnes âgées
Conseillères RPA



Vous pouvez compter sur l'aide de nos conseillères pour vous accompagner dans votre recherche d'une résidence :

- **Rencontre** à domicile ou à l'hôpital afin d'évaluer les besoins de l'ainé;
- Informer sur l'aide financière et **crédits d'impôt** du gouvernement;
- Accompagnement pour les **visites des RPA sélectionnées** (autonomes, avec soins, troubles de la mémoire);

Accédez facilement à notre service SANS FRAIS

Les conseillères en RPA sont rémunérées par le réseau des résidences privées accréditées par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

**Contactez-nous au 514 996-2887
ou visitez residences-quebec.ca**

ACHQ
Association des conseillers
en hébergement du Québec
POUR ÂGÉS

À PROPOS DU CARNET DE RESSOURCES

Prenez note que les ressources et informations contenues dans ce carnet le sont à titre indicatif seulement et des modifications peuvent s'appliquer.

En aucun cas, le Centre de soutien entr'Aidants ne peut être tenu responsable de la qualité des services dispensés.

N'hésitez pas à nous faire part de vos expériences avec les organismes et entreprises mentionnées dans le Carnet de ressources.

**POUR COMMANDER DES EXEMPLAIRES, CONTACTEZ-NOUS:
[INFO@CENTREDESOUTIENENTRAIDANTS.COM](mailto:info@centredesoutienentraidants.com) OU 450 465-2520 # 204**

ALSO AVAILABLE IN ENGLISH



Centre de soutien entr'Aidants

Organisme de bienfaisance: 138201173RR0001

Adresse: 1688, rue Gustave-Désourdy, Saint-Hubert (Québec) J4T 1Y6

Téléphone: 450 465-2520 **Télécopieur:** 450 465-2290

Courriel principal: info@centredesoutienentraidants.com

Site web: www.CentredesoutienentrAidants.com

Mise à jour: mars 2024

BIBLIOTHÈQUE AMBULANTE

Bibliothèques publiques de Longueuil 450 463-7100 # 2437

www.longueuil.quebec/fr/services/bibliotheques/services

Service gratuit de bibliothèque à domicile qui s'adresse aux personnes qui ne peuvent pas se déplacer pour cause de maladie ou handicap. Pour les résidents de Saint-Hubert et du Vieux-Longueuil.

CONSEILLER EN HÉBERGEMENT

Agence d'hébergement Doré

514 383-5201

www.agencedore.com

Professionnels de la santé spécialisés en hébergement privé pour les aînés, conseil et soutien dans le processus de recherche d'hébergement, évaluation des besoins, recherche ciblée de résidence, accompagnement, relation d'aide. Évaluation psychosociale pour homologation de mandat en cas d'inaptitude et conférences.

Logis Retraite

514 795-6447

www.logisretraite.com

En plus de proposer un répertoire complet des résidences privées du Québec, Logis Retraite, offre un service gratuit d'orientation en résidence pour aînés.

Des conseillers spécialisés peuvent vous rencontrer à domicile, discuter de votre projet, identifier les résidences qui correspondent à vos besoins et budgets et vous accompagner lors des visites.

Une démarche professionnelle, rassurante et totalement gratuite.

Publicité à la page 32.

Résidences Québec

514 996-2887

www.residences-quebec.ca

Publicité à la page 3.

Visavie : Hébergement et soins à domicile

450 857-3383

www.visavie.com

Que ce soit pour trouver une résidence privée pour aînés (RPA) ou obtenir pour de l'aide à domicile pour vous-même ou un proche, on propose un accompagnement complet et personnalisé pour vous aider à prendre la décision optimale.

Les conseiller(ère)s en hébergement et les aides-soignant(e)s sont disponibles 24/7 pour vous fournir une assistance immédiate.

Publicité ci-dessous.

Trouver une résidence

Service d'accompagnement pour trouver une résidence privée pour aînés (RPA) **entièrement sans frais.**

Aide à domicile

Nos services d'aide à domicile sont disponibles dans la **grande région métropolitaine de Montréal.**



Nous sommes à l'écoute de vos besoins



36 ans d'expérience auprès des personnes âgées



Ensemble, nous trouverons LA solution optimale



1 888 847-2843



visavie.com

Visavie

Au service des aînés depuis 1988

Amélys – Services d'aide à domicile

450 466-8444

www.amelys.ca

Entretien ménager et grand ménage, préparation de repas, aide aux courses. Amélys est accréditée par la Régie de l'Assurance maladie du Québec. Tous les clients âgés de 18 ans et plus peuvent bénéficier d'une réduction du tarif horaire.

Publicité à la page 19.

Aide chez soi Rive-Sud

450 679-2433

www.cooprivesud.com

L'entretien léger, inclut le nettoyage des planchers, l'entretien des toilettes, de la cuisine, le lavage, l'époussetage, le changement de literie, etc. Pour les tâches plus exigeantes, comme le lavage des fenêtres et des murs. Les spécialistes de travaux lourds assurent un nettoyage minutieux.

VOUS CHERCHEZ DE L'AIDE ?

La Coop Aide Chez Soi Rive-Sud est **LA référence** en aide à domicile sur la Rive-Sud de Montréal.

Nous pouvons vous aider !

NOS SERVICES

- Entretien ménager
- Grand ménage (lavage de murs et plafonds, fenêtres, etc).
- Préparation de repas
- Service alimentaire en résidence
- Courses et commissions
- Lavage et repassage de vêtements
- Aide au bain et à l'hygiène
- Aide à la mobilité
- Répit aux proches aidants
- Coiffure



AIDE CHEZ SOI RIVE-SUD

Un pilier dans votre foyer

Pour obtenir des services ou pour plus d'information,
communiquez avec nous 450 679-2433 poste 223
79, rue Leblanc Ouest, Longueuil (QC) J4J 1K1

ÉPICERIES

Les épiceries du territoire offrent habituellement un service de commande et de livraison par téléphone ou en ligne.

Renseignez-vous auprès de votre épici  r pour plus d'informations.

Aide chez soi Rive-Sud

450 679-2433

www.cooprivesud.com

Les préposés réalisent des courses et commissions, que ce soit pour une épicerie complète ou des emplettes.

Publicité à la page 7.

ÉQUIPEMENTS ET SERVICES PERSONNALISÉS

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert

450 656-9110

www.devenezbenevole.org/services/familles-et-adultes

Prêt de matériel orthopédique.

Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Montérégie-Centre

450 462-5180 # 0

<https://santemonteregie.qc.ca/services/soutien-domicile/soutien-domicile-ciass-de-la-monteregie-centre>

Accueil et soutien à domicile.

La Mosaïque

450 465-1803

www.lamosaïque.org/nos-services

Dépannage d'urgence : aide alimentaire, équipement adapté avec référence d'un intervenant du CLSC. Priorité pour les résidents de Brossard, Greenfield Park, Saint-Lambert et LeMoyne.

Maison André Viger

450 465-7560

www.andreviger.com

Vente et location de matériel orthopédique.

Chaises roulantes, lits, adaptation résidentielle.

211 Grand Montréal

211

www.211qc.ca

Service qui permet de joindre rapidement un conseiller qualifié en cas de besoins sociaux non urgents pour recevoir des informations et des références sur les ressources sociocommunautaires. Service gratuit et bilingue disponible 7 jours, de 8 h à 18 h.

ARC Assistance and Referral Centre

514 605-9500

www.arc-hss.ca

Service d'aide et de soutien à la population anglophone et allophone de la Montérégie en facilitant l'accès aux programmes et services : ateliers professionnels, des groupes de soutien aux proches aidants, groupes de soutien post-aidance/deuil et des cafés-rencontres hebdomadaires. *Publicité à la page 10.*

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil

www.ccaal.com

450 677-6677

Services d'accompagnement psychosocial. Service gratuit et confidentiel.

Centre de crise L'Accès

450 679-8689

www.santemonteregie.qc.ca/est/centre-de-crise-laccess

Centre d'intervention de crise en santé mentale pour vous accompagner vers un retour à l'équilibre lorsqu'un événement ou une situation de vie perturbe votre quotidien. Service d'intervention téléphonique 24/7 bilingue, gratuit et confidentiel.

Centre de prévention du suicide 1 866-APPELLE (277-3553)

www.cpsquebec.ca

Ensemble de services professionnels spécialisés visant la prévention du suicide ainsi que l'intervention auprès des personnes suicidaires, des personnes endeuillées par suicide et de leurs proches. Service de consultation téléphonique 24/7 bilingue, gratuit et confidentiel.



PROCHES AIDANTS

Si vous prenez soins d'un proche ou d'un membre de votre famille atteint d'une maladie grave, nous avons des ressources pour vous!



ATELIERS

Nos ateliers interactifs ReCharge traitent de sujets importants pour les aidants en abordant des thèmes médicaux pertinents et des stratégies pour prendre soin de soi.

EXPERTISE

L'équipe ReCharge est composée d'experts en soins de santé et d'experts psychosociaux pour vous offrir éducation et soutien.

SOUTIEN

Ne soyez pas seul et venez rejoindre notre groupe de support et bénéficiez aussi de notre nouveau programme de soutien aux personnes endeuillées.



NOTRE PROGRAMME

Nous offrons une variété d'ateliers accessible de plusieurs façons, à la maison, ou en virtuel, pour les aidants naturels afin de leur donner les connaissances nécessaires pour prendre soin d'eux-mêmes tout en s'occupant de leurs proches. C'est l'occasion d'apprendre, de discuter avec d'autres aidants et de développer de nouvelles compétences dans un environnement stimulant et positif.



Nos programmes pour les proches aidants sont rendus possibles grâce au financement de

Appui
proches aidants

EN SAVOIR PLUS

Sujets discutés :

Thèmes médicaux importants pour les aidants familiaux : sécurité des médicaments, prévention des infections, crise cardiaque, accident vasculaire cérébral, maladie d'Alzheimer et sécurité à domicile pour prévenir les chutes.

Stress, dépression et épuisement des aidants. Comment fixer des limites avec la famille et faire de la prise en charge de soi une priorité.

Le deuil anticipé et son impact.



(514) 608-9600



caregivers@arc-hss.ca



www.arc-hss.ca

Centre de soutien entr'Aidants

450 465-2520 # 204

www.centredesoutienentraidants.com

Service d'écoute, de référence et d'intervention psychosociale bilingue, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants d'âinés. Du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h.

Info-aidant

1 855 852-7784

<https://www.lappui.org/fr/nous-sommes/info-aidant/>

Service téléphonique d'écoute, d'information et de références professionnel, bilingue, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé. 7 jours, de 8 h à 20 h.

Info-Santé et Info-Social

Guichet d'accès à la première ligne

811

www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811

Option 1 : Info-Santé pour des conseils en santé

Service qui permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé non urgent.

Option 2 : Info-Social pour des conseils psychosociaux

Service qui permet de joindre un intervenant psychosocial pour recevoir un soutien psychosocial.

Option 3 : Guichet d'accès à la première ligne

Ligne réservée aux personnes sans médecin de famille. Une infirmière donne des recommandations pour des soins à la maison et, au besoin, oriente vers le professionnel de la santé le mieux adapté (pharmacien, infirmière, médecin, etc.).

Service de consultation téléphonique 24/7 bilingue, gratuit et confidentiel.



NOS SERVICES

- Dîners amicaux
- Services d'accompagnement psychosocial
- Visites d'amitié
- Café amical
- Travailleurs de milieu
- Conférences d'information ou de divertissement
- Cinéma-discussion

NOS ACTIVITÉS

- Cours divers : yoga sur chaise, zumba, QiGong, danse, tricots, etc.
- Ateliers : arts, mandalas et plus!
- Activités mieux-être dans son corps et dans sa tête : Les p'tits bonheurs, Active tes méninges, Vivre en équilibre, etc.
- Club de lecture
- Club de marche

Carte de membres 10 \$

ENVIE DE VOUS IMPLIQUER ET DE SEMER DU BONHEUR?

Devenez bénévole!

Nous avons toujours besoin de vos sourires et de vos connaissances, contactez-nous!

Pour nous joindre

450 677-6677



Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil

300, rue Lamarre, Longueuil (QC) J4J 0A1

www.ccaal.com

Inform'elle

450 443-3442

www.informelle.org

Inform'elle est un OBNL dont la mission est de rendre accessible et de vulgariser l'information juridique en droit de la famille. Ses services d'information, de formation et de médiation s'adressent à toute la population.

Ligne Aide Abus Aînés

1 888 489-2287

www.aideabusaines.ca

Ligne qui s'adresse aux aînés de 50 ans et plus qui vivent de la maltraitance, à leurs proches, ainsi qu'à toute autre personne qui est préoccupée par une situation dans laquelle une personne aînée semble subir de la maltraitance. Ligne d'intervention téléphonique bilingue, gratuite et confidentielle, 7 jours de 8 h à 20 h.

Société Alzheimer Rive-Sud

450 442-3333

www.societealzheimerriwesud.ca

Consultations téléphoniques, rencontres individuelles et familiales. Service gratuit.

SOS violence conjugale

1 800 363-9010

www.sosviolenceconjugale.ca

Services d'accueil, d'évaluation, d'information, de sensibilisation, de soutien et de référence aux victimes de violence conjugale et à l'ensemble des personnes concernées par cette problématique. Service d'aide téléphonique 24/7 bilingue, gratuit et confidentiel.

INFORMATIONS, AIDE ET ÉCOUTE

Tel-Aide Montréal

514 935-1101

<https://telaidemontreal.org/>

Centre d'appels pour les personnes souffrant de problèmes de santé mentale ou ayant simplement besoin d'être écoutées. Service d'écoute sans frais, confidentiel, anonyme, bilingue, 7 jours, de 7 h à 23 h.

Tel-Écoute

514 493-4484

Tel-Aînés

514 353-2463

Ligne Le Deuil

1 888 533-3845

www.tel-ecoute.org

Services téléphoniques d'écoute et de références gratuits, anonymes, confidentiels et disponibles 7 jours/7 de 10 h à 22 h.

Il s'adresse aux personnes qui souhaitent briser leur isolement et exprimer et/ou ventiler leurs émotions.

- Tel-Écoute s'adresse aux personnes entre 18 et 59 ans.
- Tel-Aînés s'adresse aux personnes de 60 ans et plus.
- La Ligne Le Deuil est un service pour les personnes endeuillées.

PHARMACIES

Les pharmacies du territoire offrent le renouvellement de prescription par téléphone et en ligne ainsi que le service de livraison.

Renseignez-vous auprès de votre pharmacien.

REPAS CHAUD ET CONGELÉS

Aide chez soi Rive-Sud

450 679-2433

www.cooprivesud.com

Service de préparation de repas simple ou en grande quantité à votre domicile selon vos goûts.

Aucune préparation de repas selon un régime spécifique.

Publicité à la page 7.

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud – Point de service de Saint-Lambert

450 465-6130

www.benevolatrivesud.qc.ca/aide-a-domicile/popote-roulante

Service de repas chauds et congelés livrés à domicile à chaque semaine. Au coût de 6.50 \$ pour le repas chaud et 5.50 \$ pour les congelés. Pour les résidents de Brossard, Saint-Lambert, Greenfield Park et LeMoyne.

La Petite Cuillère

450 748-4918

<https://www.lacroiseedelongueuil.qc.ca/petitecuillere>

Variété de repas santé congelés répondant aux besoins nutritionnels des personnes âgées. Autour de 7 \$ par repas. Livraison le mardi et le mercredi (des frais s'appliquent). Achat minimum de 35 \$.

Popote roulante de Brossard

438 288-0422

www.popoteroulante.tripod.com

Distribution d'un repas nutritif le mardi et le jeudi à la clientèle de personnes âgées ou en perte d'autonomie de Brossard. Coût de 5 \$ par repas.

Popote roulante de Greenfield Park

450 671-6000

<https://popotes.org/popote/popote-roulante-greenfield-park/>

Repas congelés au prix de 6 \$. Livraison le mercredi. Pour les résidents de Greenfield Park.

REPAS CHAUD ET CONGELÉS

Popote roulante de Saint-Hubert

450 656-9110

www.cab-saint-hubert.org/services/soutien-a-domicile

Repas frais ou congelé au prix de 5 \$. Choix entre la soupe ou le dessert pour 1 \$. Livraison le mardi et le jeudi. Pour les résidents de Saint-Hubert âgés de 65 ans et plus ou répondant aux autres critères d'admissibilité.

Popote roulante de Saint-Lambert

450 671-1891

<https://popotes.org/popote/popote-roulante-saint-lambert/>

Repas chauds au prix de 5 \$. Livraison le mardi et le jeudi. Doit être référé par le CLSC ou un médecin.

RÉPIT À L'EXTÉRIEUR DU DOMICILE

Centre de jour du Centre intégré de santé et de services

sociaux (CISSS) de la Montérégie-Centre

450 462-5180 # 0

www.santemonteregie.qc.ca/services/centre-de-jour

Le centre de jour offre aux personnes âgées et aux adultes en perte d'autonomie des activités de groupe préventives et thérapeutiques. Plus d'informations auprès de votre intervenant du CLSC.

Maison Tournesols

450 445-9290

<https://maisontournesols.org/>

Journée Entr'Aînés : Activités de socialisation pour les aînés, incluant un dîner.

Répit : Journées d'activités adaptées aux personnes ayant une atteinte cognitive, incluant un dîner.

Maison Tournesols Mobile et Gériatrie sociale : Références, aide et accompagnement.

Repas congelés: Préparés et livrés au coût de 30 \$ pour 5 repas complets.

RÉPIT À L'EXTÉRIEUR DU DOMICILE

Répit Aînés Montérégie

450 486-4722

www.seniorsrespitemonteregie.ca

Notre mission est d'enrichir la qualité de vie des aînés et des proches aidants par l'entremise d'activités et des services de répit. Tous les forfaits incluent les activités, le matériel et les événements spéciaux. Le soutien à domicile et en résidence est également disponible. Reçu d'impôt disponible sur demande.

Société Alzheimer Rive-Sud

450 442-3333 # 240

www.societealzheimerriresud.ca

Accueil de jour - Répit aux proches aidants. Stimulation cognitive et activités physiques animées par une équipe qualifiée visant à assurer le maintien des capacités de la personne atteinte. Horaire : 1 jour par semaine, du lundi au vendredi, de 10 h à 15 h 30 sur inscription.

SOINS ET SERVICES À DOMICILE - RÉPIT

Aide chez soi Rive-Sud

450 679-2433

<https://www.cooprivesud.com>

Disponible 7 jour sur 7, matin, soir et nuit, jusqu'à 7h/semaine. Horaires flexibles, minimum 3h/jour sur 12 semaines. Surveillance attentive, accompagnement sécuritaire. En cas de perte d'autonomie, nos préposés assurent l'aide à la personne : hygiène (lavage, brossage de dents, et changement de culottes d'incontinence), alimentation, habillement, soins personnels.

Alliance Santé

1 844 486-4666

www.alliancesante.ca

Service de gestion des soins par une infirmière, soins personnels, soutien à domicile, service de compagnie, soins infirmiers, service de préposés aux bénéficiaires reconnus, service 24/7, tarif admissible au crédit d'impôt pour le maintien à domicile. *Publicité à la page 2.*

Altomedic Division

514 303-0384

www.altomedic.ca

Solution et gestion en soins de santé. Une équipe de professionnels de la santé disponible. Évaluation des besoins, plans d'intervention, mise en place de services et de soins. Nous offrons une communication directe avec les intervenants du réseau de la santé et assurons un suivi avec l'ainé et sa famille.

Amélys – Service d'aide à domicile

450 466-8444

www.amelys.ca

Services de soins à domicile. Répit pour les proches aidants. Personnel formé et compétent. Approche personnalisée et humaine. *Publicité à la page 19.*

Amika – Aide et soins à domicile

514 543-4450

www.soinsamika.com

Gagnant du Choix du Consommateur 2023 et 2024 – Soins à domicile sur l'ensemble du territoire de la Montérégie. Les aides-soignantes qualifiées et expérimentées offrent des services adaptés aux besoins des aînés et leurs proches aidants. Que ce soit pour l'assistance domestique, les soins personnels ou l'accompagnement, les services sont disponibles 24/7, de jour comme de nuit, avec des horaires flexibles et sans engagement à long terme. La mise en place rapide des services est garantie, et chaque client bénéficie d'un jumelage personnalisé avec la même aide-soignante.

Baluchon Répit long terme

514 762-2667

www.baluchonrepit.com

Répit longue durée à domicile et accompagnement offert 24/7 au coût de 15 \$ par jour. Minimum de 4 jours, maximum de 14 jours.

amelys

L'accent sur les aînés



Services de soins à domicile

Aide aux soins d'hygiène

Aide aux repas et prise de médicaments

Aide à la mobilité

Accompagnement et activités de stimulation

Répit pour proches aidants

Répit de courte et longue durée

Services d'aide à domicile

Entretien ménager et grand ménage

Préparation de repas

Accompagnement pour les courses



amelys.ca

450 466-8444

SOINS ET SERVICES À DOMICILE - RÉPIT

Bien être à la maison

514 905-3669

www.bienetrealamaison.com

Service de gestion des soins infirmiers offerts 24/7. Soutien à domicile, service de compagnie, soins personnels et service de préposés aux bénéficiaires reconnus. Tarif admissible au crédit d'impôt pour le maintien à domicile. *Publicité à la page 31.*

Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Montérégie-Centre

450 462-5180 # 0

<https://www.santemonteregie.qc.ca/services/soutien-domicile/soutien-domicile-ciiss-de-la-monteregie-centre>

Accueil et soutien à domicile. Communiquez avec un intervenant pour plus d'informations.

Centre de soutien entr'Aidants

450 465-2520 # 204

www.centredesoutienentraidants.com

Service de répit gratuit offert à raison de 4 à 8 heures par semaine aux aidants demeurant sur le territoire du CISSS de la Montérégie-Centre, territoire Champlain - Charles-Le Moyne.

Des accompagnateurs formés prennent la relève de l'aidant à son domicile. Certaines conditions s'appliquent.

Pas besoin de prescription!



SANTÉ PHYSIO À DOMICILE

☎ **438-390-9586**

✉ info@santephysio.com

🌐 www.santephysio.com

**Physiothérapie Ergothérapie
Ostéopathie Massothérapie**

SOINS ET SERVICES À DOMICILE - RÉPIT

Répit Aînés Montérégie

450 486-4722

www.seniorsrespitemonteregie.ca

Notre mission est d'enrichir la qualité de vie des aînés et des proches aidants par l'entremise d'activités et des services de répit. Tous les forfaits incluent les activités, le matériel et les événements spéciaux. Le soutien à domicile et en résidence est également disponible. Reçu d'impôt disponible sur demande.

Santé Physio à domicile inc.

438 390-9586

www.santephysio.com

Offre des services de physiothérapie, ostéopathie, massothérapie, kinésiologie et ergothérapie directement à domicile. Traitement des douleurs – Arthrose - Rééducation de l'équilibre – Prévention des chutes - Rééducation post-chirurgie - Rééducation vestibulaire – Migraine Acouphènes - Troubles digestifs – Stress - Anxiété. Adaptation de domicile, demande de quadriporteur ou fauteuil roulant. *Publicité à la page 20.*

Société Alzheimer Rive-Sud

450 442-3333 # 240

www.societealzheimerriresud.ca

Répit privé - l'accompagnateur stimule la personne atteinte avec des activités adaptées à sa personnalité et au stade de sa maladie, tout en veillant à sa sécurité, alors que l'aidant s'offre une période de répit. Offert par du personnel formé. Tarif : 30 \$/heure. Blocs de 4 h et 8 h.



Philippe J. Said
Directeur des opérations
450.923.3770

www.soinsadomicile-lequipe.ca

SOINS ET SERVICES À DOMICILE - RÉPIT

Soins à domicile – L'équipe

450 923-3770

www.soinsadomicile-lequipe.ca

Service d'aide au maintien à domicile, transport, accompagnement, repas, téléassistance, garde de nuit, coiffure, manucure, soins de pieds, physiothérapie, soins infirmiers, etc. Prix variés.

Publicité à la page 21.

Humanika

514 324-8292

<https://humanika.humakare.ca>

Services offerts aux aînées en perte d'autonomie, atteint de la maladie d'Alzheimer, pertes cognitives (démence), Parkinson, soins palliatifs ou post opératoire. Soins d'hygiène, médication, préparation et aide aux repas, surveillance de nuit, stimulation cognitive, habillements, entretien ménager, accompagnements aux rendez-vous et autres sorties. Répit aux proches aidants. Service pouvant aller de quelques heures à 7 jours sur 7 ou 24h/24 Tarif admissible au programme de remboursement du gouvernement du Québec. *Publicité à la page 27.*

SYSTÈMES D'ALERTE MÉDICALE

Lifeline Canada

1 855 328-8351

www.lifeline.ca/fr

Fier partenaire de la Fondation Hôpital Charles-Lemoyne.

Pour la livraison et l'activation **GRATUITES**, mentionnez le code **1428**.

Publicité à la page 24.

SÉCURICAB

450 679-5916 # 239

<https://www.benevolatrivesud.qc.ca/securicab>

Service d'appels automatisés gratuit pour les personnes aînées seules, les couples dont l'un des conjoints a un problème de santé ou encore, un membre de la famille qui s'inquiète du bien-être de ses parents, mais n'a pas le temps de les appeler chaque jour.

SYSTÈMES D'ALERTE MÉDICALE

Sécore-Vie Canada

1 877 931-7843

www.secureviecanada.com

En cas de chute ou de malaise, une simple pression sur le bracelet ou pendentif établit immédiatement une communication bidirectionnelle avec le centre de surveillance où un spécialiste veillera à contacter les services d'urgence et informer la famille de la situation. Géolocalisation disponible. *Publicité ci-dessous.*

Un feuillet-ressources avec plus de détails sur les entreprises offrant un service d'alerte médicale est disponible. Disponible sur notre site internet: <https://www.centredesoutienentraidants.com/publications/systeme-de-tele-surveillance>



Contactez-nous

1-877-931-7843

Sécurité et Tranquillité d'esprit *pour vous et vos proches*

- ✓ Bracelet d'urgence
- ✓ Détecteur automatique de chutes
- ✓ Système de détection de chutes avec géolocalisation

SÉCURE-VIE CANADA

Une entreprise québécoise de confiance,
à votre service depuis 14 ans



 www.secureviecanada.com

SYSTÈMES D'ALERTE MÉDICALE

Lifeline



Lifeline en partenariat avec la
Fondation Hôpital Charles-Lemoyne
1 855 328-8351

Appelez dès aujourd'hui et recevez
la livraison et l'activation gratuites*
(Mentionnez le code 1428)

www.lifeline.ca

*Offre valable uniquement auprès des programmes locaux participants et pour les nouvelles activations seulement. Ne peut être jumelé à aucune autre offre. Certaines restrictions s'appliquent. Offre sous réserve d'une entente de trois mois. **L'offre se termine le 31 décembre 2024.**

TRANSPORTS, COURSES ET VISITES MÉDICALES

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert

450 656-9110

www.cab-saint-hubert.org/services/soutien-a-domicile

Transport médical pour les résidents de Saint-Hubert de 60 ans et plus (0,50 \$/km, pour un minimum de 5 \$). Réservation 48 heures à l'avance.

TRANSPORTS, COURSES ET VISITES MÉDICALES

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud – Point de service de Saint-Lambert **450 465-6130**

www.benevolatrivesud.qc.ca/aide-a-domicile/accompagnement-transport-medical

Accompagnement lors de déplacements à des fins médicales ou psychosociales. Réservation 10 jours ouvrables à l'avance. Coût variable selon kilométrage (0,50 \$/km).

La Mosaïque **450 465-1803**

www.lamosaïque.org/nos-services/accompagnement

Service d'accompagnement aux rendez-vous médicaux (0,52 \$/km), aux prises de sang (5 \$ aller-retour), ainsi que pour les Escapades (10 \$ pour le transport et tarif supplémentaire variable selon la sortie). Réserver minimum 48 h pour le transport médical et 7 jours pour les Escapades.

Transport adapté du Réseau de transport de Longueuil (RTL) **450 670-2992**

www.rtl-longueuil.qc.ca/fr-CA/transport-adapte

Choisir le poste 3 pour obtenir le formulaire d'inscription et devenir membre. Les critères d'admissibilité des membres correspondent aux normes du Ministère des Transports du Québec. Une fois membre, appelez et choisir le poste 1, de 9 h à 19 h et réserver votre transport.

VISITES D'AMITIÉ ET COMMUNION À DOMICILE

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert **450 656-9110**

www.cab-saint-hubert.org/services/soutien-a-domicile

Visites d'amitié.

VISITES D'AMITIÉ ET COMMUNION À DOMICILE

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud – Point de service de Saint-Lambert **450 465-6130**

www.benevolatrivesud.qc.ca/aide-a-domicile/visites-et-telephones-d-amitie

Visites d'amitié.

Travailleuse de milieu pour faire connaître les différentes ressources, supporter et accompagner dans les démarches. Service gratuit et confidentiel.

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil

www.ccaal.com

450 677-6677

Service de dîners amicaux et/ou visites d'amitié

Publicité à la page 12.

La Mosaïque

450 465-1803

www.lamosaïque.org/nos-services/accompagnement

Appel téléphonique quotidien sur demande.

Priorité pour les résidents de Brossard, Greenfield Park, Saint-Lambert et LeMoyne.

Les Petits Frères de l'Agglomération de Longueuil

579 721-5115

<https://petitsfreres.ca/a-propos-de-nous/equipes-regionales/longueuil>

La mission des Petits Frères est d'accueillir et de contrer l'isolement des personnes du grand âge jusqu'à la fin de leur vie.

Jumelage avec un ou une bénévole, visite, célébration des anniversaires, célébration des grandes fêtes pour les aînés de plus de 75 ans.

Des visites d'amitié aux aînés et aux malades ainsi que la communion à domicile sont offertes par la majorité des paroisses du territoire. Informez-vous directement auprès de celles-ci pour recevoir le service.

AUTRES SERVICES PROFESSIONNELS À DOMICILE

Aide chez soi Rive-Sud, coiffure

450 679-2433

<https://www.cooprivesud.com>

Service complet de coiffure à domicile. Coupes, mises en plis, teintures, coupes homme et barbe disponibles. La coiffeuse apporte tout le nécessaire, y compris un évier portable pour un lavage de cheveux confortable.

Lyne Geoffrey, barbière à domicile

514 222-8128

Barbière d'expérience avec le souci du détail.

Pour une clientèle masculine.

Coupe de cheveux et barbe.

Recevez les soins dont vous avez besoin avec Humanika

Spécialiste des soins à domicile, Humanika a pour mission de permettre aux personnes âgées de vivre chez elle en toute sécurité et avec le soutien nécessaire pour maintenir leur qualité de vie.

Clientèle

- Perte d'autonomie
- Alzheimer
- Soins palliatifs
- Parkinson
- Post-opératoire
- Handicap physique

Nos services

- Soins à domicile
- Aide à domicile
- Services d'aide domestique
- Répit/ gardiennage
- Accompagnement aux rendez-vous
- Après hospitalisation

Service pouvant aller de quelques heures, à 7 jours/7 et 24hrs/24



www.humanika.humakare.ca

514 324-8292, poste 2

EXPOSITION ITINÉRANTE



DÉCOUVREZ LES DATES ET LIEUX DE L'EXPOSITION AU :
engages.centredesoutienentraidants.com



JOËLLE PARÉ-BEAULIEU
Porte-parole
Photo ©Andrienne Gauthier



MISSION

Soutenir les aidants en offrant une gamme de services pour qu'ils prennent soin d'un proche âgé, tout en conservant leur santé physique, psychologique et financière.

TERRITOIRE DESSERVI

Brossard, Saint-Lambert et Longueuil arrondissements de Greenfield Park, Saint-Hubert et Vieux-Longueuil secteur LeMoyne.

SERVICES

Service d'écoute, de référence et d'intervention psychosociale, groupes de soutien et d'entraide, formations, aide dans les démarches, informations, répit.

Notre carnet de ressources, mis à jour chaque année, comprend les organismes et entreprises qui offrent des services à domicile et/ou spécialisés aux aidants et aînés.

Distribué en version papier, le carnet est aussi disponible sur notre site internet ainsi que sur nos médias sociaux!

www.centredesoutienentraidants.com



1688, rue Gustave-Désourdy, Saint-Hubert (Québec) J4T 1Y6

T. 450 465-2520 F. 450 465-2290

info@centredesoutienentraidants.com

www.CentredesoutienentrAidants.com



Bien être à la maison

Soutien à domicile



Service de compagnie



Soin personnel



Préparation des repas



Retour à la maison



Transport et
accompagnement au
rendez-vous médicaux,
sorties sociales et
magasinage



Une solution pour
préserver votre
autonomie, répondre à
tous vos besoins par
un service adapté à
vos préférences



www.bienetrealamaison.com



514-905-3669

**Nous aidons les aînés à trouver
la résidence la mieux adaptée
à leurs besoins.**

Un accompagnement en 4 étapes :

- | | |
|---|--|
| 1 Rencontre à domicile
et évaluation des besoins | 2 Recherche des résidences
et des disponibilités |
| 3 Planification
et accompagnement
pour les visites | 4 Assistance
à la signature du bail |



**Notre service d'accompagnement
est entièrement gratuit
et le restera toujours.**

514 795 6447 | [logisretraite.com](https://www.logisretraite.com)