

*Prendre soin de moi...
tout en prenant soin de l'autre*

Bottin des ressources

2018

LÉGENDE



Information



Formation



Entraide et soutien



Répit



Services à domicile/autres



Répit accessible (peu dispendieux)

Les organismes

MAURICIE

ASSOCIATION DES PERSONNES MALENTENDANTES DE LA MAURICIE



TÉLÉPHONE : 819 370-3771

SITE INTERNET : www.apmm-mauricie.com

L'Association réalise des activités aussi variées que la formation, l'information, la sensibilisation et l'entraide auprès des membres, de leur famille et de la population en général. Des équipements et des conseils en lien avec la malentendance sont accessibles.

CARPE DIEM – CENTRE DE RESSOURCES ALZHEIMER



TÉLÉPHONE : 819 376-7063

SITE INTERNET : alzheimercarpediem.com

Carpe Diem offre des services et des ressources adaptés qui répondent aux besoins spécifiques des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer (ou une maladie apparentée) et à ceux de leurs proches. Parmi ces services et ressources: soutien, accompagnement individuel et de groupe, accueil de jour, séjours et hébergement, activités de formation et d'information.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS



TÉLÉPHONE SANS FRAIS : 1 855 852-7784
SITE INTERNET : lappui.org

Le service Info-aidant a pour objectif de vous accompagner et de vous soutenir dans vos démarches en plus de vous orienter vers les ressources de votre communauté. Le site Web propose aussi un répertoire dans lequel vous pouvez faire des recherches par région et par type de besoin (répit, soutien psychosocial, etc.).

MAISON ALBATROS



TÉLÉPHONE : 819 375-3323
SITE INTERNET : www.fondationalbatros.com

Lorsque la médecine a atteint ses limites dans le traitement de la maladie, la personne malade peut se tourner vers la Maison Albatros, où elle trouvera, ainsi que les membres de sa famille, soutien, soulagement et réconfort.

PARKINSON CENTRE-DU-QUÉBEC/MAURICIE



TÉLÉPHONE : 819 693-1287
SITE INTERNET : avoscotes.ca

Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie offre des services professionnels et les ressources nécessaires au maintien et à l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de la maladie de Parkinson, de leurs proches aidants et de leur famille.

Parmi ces services et ressources : conférences, formation, soutien individuel ou de groupe, visites à domicile, etc.

SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER - RÉGION MAURICIE



TÉLÉPHONE SANS FRAIS : 1 888 939-3333

SITE INTERNET : cancer.ca

La Société canadienne du cancer offre plusieurs services tels que le prêt de prothèses capillaires et mammaires, de l'aide financière et matérielle, de la documentation et de l'information, des groupes de soutien, une ligne téléphonique gratuite d'écoute et d'information.

TROIS-RIVIÈRES

CENTRE D'INTERVENTION BUDGÉTAIRE ET SOCIALE DE LA MAURICIE (CIBES)



TÉLÉPHONE : 819 378-7888

SITE INTERNET : cibes-mauricie.ca

Le CIBES apporte son aide aux proches aidants et à leur famille qui vivent des difficultés liées à la gestion du budget, à l'endettement ou à la consommation. L'équipe prodigue des conseils sur la gestion du budget, les crédits d'impôt, le mandat de protection, etc.

CENTRE LOISIR MULTI-PLUS



TÉLÉPHONE : 819 379-3562
SITE INTERNET : multi-plus.ca

Le Centre Loisirs Multi-Plus propose toute une gamme de loisirs (activités physiques, arts et culture, cuisine, conférences, etc.). De plus, Le Centre a également mis sur pied un programme de rehaussement de la qualité de vie pour la personne atteinte de troubles de la mémoire et son proche aidant.

MAISON DES FAMILLES CHEMIN DU ROI



TÉLÉPHONE : 819 693-7665
SITE INTERNET : www.mfcd.org

La Maison des familles Chemin du roi propose un milieu de vie pour les proches aidants dans lequel ils profiteront de services tels que rencontres de soutien, répit, ateliers thématiques, etc.

MÉNAGEZ-VOUS – SOINS ET SERVICES À DOMICILE



TÉLÉPHONE : 819 374-5333
SITE INTERNET : www.entretienmenager.org/defaultsite

L'équipe de Ménagez-vous prend en charge votre entretien ménager, la préparation des repas et l'aide aux courses. Elle apporte aussi du répit aux proches aidants ainsi que les soins d'hygiène à donner à la personne aidée.

INTERVILLE, COOP DE SOLIDARITÉ EN SOINS ET SERVICES



TÉLÉPHONE : 819 371-3243

SITE INTERNET : www.interville.ca

L'Interville, coop de solidarité en soins et services, est une entreprise d'économie sociale qui offre son aide à domicile avec des services d'entretien ménager, de préparation de repas, d'hygiène de base, de soutien civique, d'accompagnement, de répit, etc.

REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DE LA MAURICIE



TÉLÉPHONE : 819 693-6072

SITE INTERNET : rdanm.org

Le Regroupement vient en aide aux personnes qui ont sous leur responsabilité un proche en perte d'autonomie physique, intellectuelle et/ou de motricité, ou simplement vieillissante. Tous les services sont mis en place pour l'aidant afin de le soutenir et de prévenir son épuisement. Des services d'information, de formation, de soutien individuel ou de groupe (à domicile ou à l'extérieur) ainsi que du répit sont offerts.

SHAWINIGAN

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRAND-MÈRE



TÉLÉPHONE : 819 538-7689

SITE INTERNET : www.cabgm.org

Le Centre d'action bénévole de Grand-Mère regroupe plusieurs services allant de la popote roulante à l'accompagnement-transport, aux visites d'amitié et au soutien aux proches aidants (conférences, café-rencontres, etc.).

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE SHAWINIGAN



TÉLÉPHONE : 819 539-8844

SITE INTERNET : cabshawinigan.org

Le Centre d'action bénévole de Shawinigan regroupe plusieurs services allant de la popote roulante à l'accompagnement-transport, aux visites d'amitié et au soutien aux proches aidants (conférences, café-rencontres, etc.).

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ D'AIDE À DOMICILE DE L'ÉNERGIE



TÉLÉPHONE : 819 537-6060

SITE INTERNET : fcsdsq.coop/services-a-domicile/cooperative-de-solidarite-daide-a-domicile-de-lenergie

La Coopérative de solidarité d'aide à domicile vous offre ses services pour vous soutenir dans votre entretien ménager, la préparation de vos repas sans diète et les soins quotidiens à donner à la personne.

LE PÉRISCOPE



TÉLÉPHONE : 819 729-1434

SITE INTERNET : www.leperiscope.org

Le Périscope est une association de familles et de proches des personnes atteintes d'un trouble de santé mentale (schizophrénie, maniaco-dépression, dépression majeure) qui a pour but de permettre aux familles et aux proches de favoriser les contacts, de renforcer les capacités et les compétences, etc.

MÉKINAC / DES CHENAUX

ASSOCIATION DES PERSONNES AIDANTES DE LA VALLÉE-DE-LA-BATISCAN



TÉLÉPHONE : 418 289-1390

SITE INTERNET : www.aidantsvalleebatiscan.org

L'Association vient en aide aux personnes qui ont sous leur responsabilité un proche en perte d'autonomie physique, intellectuelle et/ou de motricité, ou simplement vieillissante. Tous les services sont mis en place pour l'aidant afin de le soutenir et de prévenir son épuisement. Des services d'information, de formation, de soutien ainsi que du répit sont offerts.

LES AIDES FAMILIALES DE MÉKINAC



TÉLÉPHONE : 418 289-2265

SITE INTERNET : www.entretienmenager.org/defaultsite

Les Aides familiales de Mékinac sont une entreprise d'économie sociale qui offre des services d'aide à domicile tels qu'entretien ménager, préparation de repas, hygiène de base, soutien civique, accompagnement, grand ménage, répit, etc.

PROCHES AIDANTS DES CHENAUX



TÉLÉPHONE : 819 840-2030

SITE INTERNET : www.prochesaidantsdeschenaux.org

Proches aidants des Chenaux a pour mission de regrouper les personnes aidantes de la MRC des Chenaux, d'offrir les services nécessaires afin d'améliorer leur qualité de vie et ainsi de contribuer au maintien à domicile des personnes aidées.

SOUTIEN À DOMICILE DES CHENAUX



TÉLÉPHONE : 418 362-3275

SITE INTERNET : www.soutienadomiciledeschenaux.com

Soutien à domicile des Chenaux est une entreprise d'économie sociale à domicile qui favorise le maintien à domicile des personnes âgées, handicapées, en perte d'autonomie ou qui soutient les familles, par l'entremise de services de qualité d'aide domestique, d'assistance à la vie quotidienne et de répit.

MASKINONGÉ

ASSOCIATION DES AIDANTS NATURELS DU BASSIN DE MASKINONGÉ



TÉLÉPHONE : 819 268-2884

SITE INTERNET : www.aidantsnaturelsmaskinonge.com

L'Association vient en aide aux personnes qui ont sous leur responsabilité un proche en perte d'autonomie physique, intellectuelle et/ou de motricité, ou simplement vieillissante. Tous les services sont mis en place pour l'aidant afin de le soutenir et de prévenir son épuisement. Des services d'information, de formation, de soutien ainsi que du répit sont offerts.

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ EN AIDE DOMESTIQUE DE LA MRC DE MASKINONGÉ



TÉLÉPHONE : 819 228-1563
SITE INTERNET : cadmaski.com

La Coopérative d'aide à domicile de la MRC de Maskinongé est une entreprise d'économie sociale d'aide à domicile qui offre des services accessibles et de qualité, centrés sur le respect et la dignité des personnes, et ce, au meilleur coût possible en conformité avec les valeurs coopératives. La Coopérative permet à toute personne de demeurer chez elle et d'être soutenue de façon digne et respectueuse.

LE GYROSCOPE DU BASSIN DE MASKINONGÉ



TÉLÉPHONE : 819 228-2858
SITE INTERNET : www.legyroscope.org

Le Gyroscope du bassin de Maskinongé est une association qui offre des mesures de soutien aux parents et aux membres de l'entourage de la personne atteinte d'un problème de santé mentale.

HAUTE-AURICIE

COMPLEXE CULTUREL FÉLIX-LECLERC

TÉLÉPHONE : 819 523-9280

SITE INTERNET : <https://www.complexeculturelfelixleclerc.com/>

Le complexe culturel Félix-Leclerc offre des activités d'information sous forme de conférences, de café-rencontres ainsi que des activités de formation et des rencontres de soutien mensuelles de groupe. Ces diverses activités sont offertes par l'entremise de professionnels ou d'organismes dédiés à une maladie spécifique. Un service de répit accessoire est également disponible.

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ DE SERVICES À DOMICILE DE LA HAUTE-AURICIE

TÉLÉPHONE : 819 523-7171

SITE INTERNET : aidechezsoi.com/eesad/cooperative-de-solidarite-de-services-a-domicile-haute-mauricie

La Coopérative de solidarité de services à domicile de la Haute-Mauricie est une entreprise d'économie sociale qui offre des services d'entretien ménager léger, de préparation de repas sans diète et de présence/surveillance.

D'autres ressources près de chez vous existent. Consultez le répertoire des ressources au www.lappui.org/Mauricie.

Le CIUSSS

Guichets uniques du CIUSSS MCQ

Villes/Secteur	Installations	Coordonnées
Trois-Rivières	Centre St-Joseph	819 370-2100
Shawinigan	CLSC du Centre-de-la-Mauricie	819 539-8371
La Tuque	Centre de services du Haut-Saint-Maurice	819 523-4581
Louiseville	Centre de services Avellin-Dalcourt	819 228-2731
Saint-Tite	CLSC Saint-Tite	418 365-7555
Sainte-Geneviève-de-Batiscan	CLSC Sainte-Geneviève-de-Batiscan	418 362-2727

LES SERVICES DU CIUSSS

SERVICES D'AIDE À DOMICILE

- Soins d'hygiène
- Préparation de repas
- Répit (allocations financières)

SERVICES PROFESSIONNELS

- Soins infirmiers
- Soins médicaux
- Évaluation et suivi psychosocial
- Réadaptation
- Inhalothérapie
- Ergothérapie
- Physiothérapie

SERVICES DE PRÊT D'ÉQUIPEMENT

- Chaise d'aisance
- Fauteuil roulant
- Marchette
- Etc.

SERVICES DE CENTRE DE JOUR

- Activités thérapeutiques et préventives
- Répit aux proches aidants et à la famille

SERVICES AMBULATOIRES GÉRIATRIQUES (SAG)

- Évaluation et réadaptation externes

SERVICES DE L'UNITÉ DE COURTE DURÉE EN GÉRIATRIE (UCDG)

- Évaluation et réadaptation en interne

Les autres ressources

BIBLIO-AIDANTS

SITE INTERNET : www.biblioaidants.ca

Chaque cahier Biblio-Aidants contient une liste d'organismes pouvant vous aider, une sélection de sites Web pertinents et des suggestions de lecture. Il existe 15 cahiers thématiques différents, disponibles gratuitement. Biblio-Aidants est disponible dans plus de 550 bibliothèques publiques participantes ainsi que dans des bibliothèques de santé associées, partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez leur site Web.

LE RÉSEAU AIDANT

TÉLÉPHONE SANS FRAIS : 1 866 396-2433

SITE INTERNET : www.lereseauaidant.ca

Le Réseau aidant rassemble des partenaires de partout au Canada, dont l'objectif commun est d'offrir de l'information et un soutien aux proches aidants, aux bénéficiaires de soins et aux professionnels grâce à des technologies d'apprentissage à distance.

« Il n'y a que quatre types de personnes dans ce monde : ceux qui ont été proche aidant, ceux qui sont présentement proche aidant, ceux seront proche aidant et ceux qui auront besoin d'un proche aidant. »

Rosalynn Carter, ancienne Première Dame des États-Unis

INFO-AIDANT

1 855 852-7784

ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES

LAPPUI.ORG