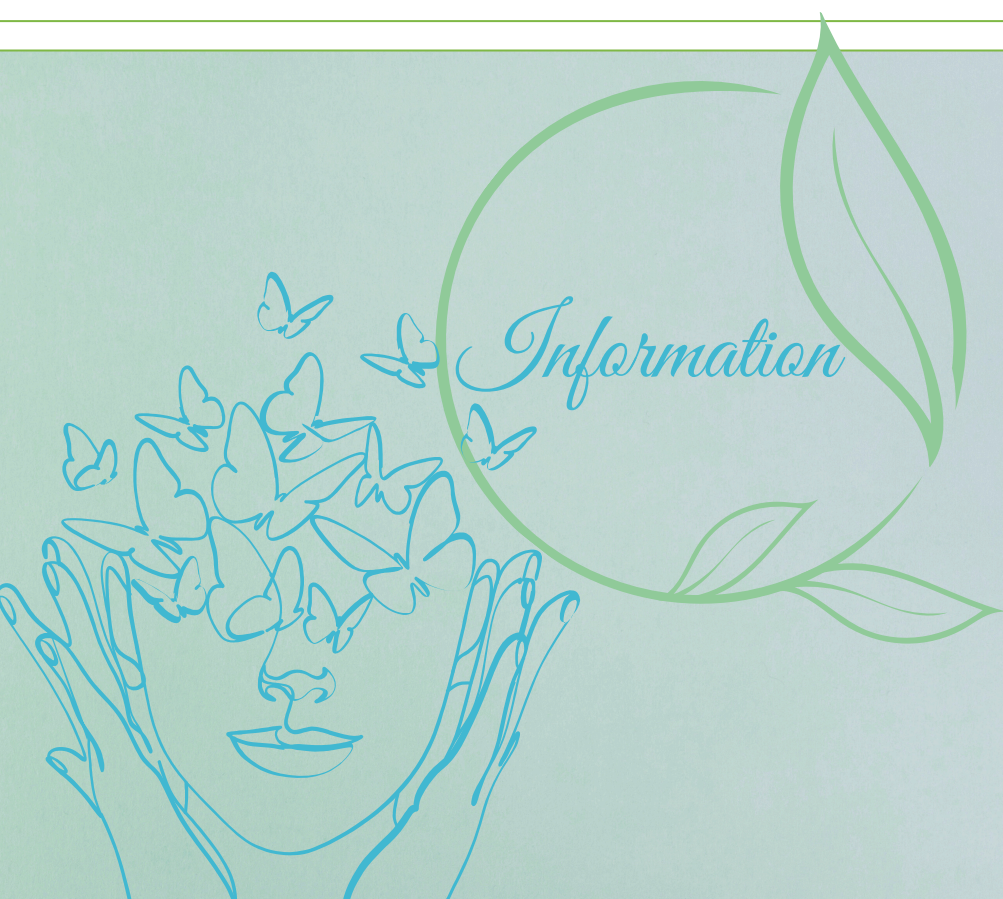


Bottin **de ressources**







Chers membres,

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons ce nouveau bottin d'information. Dans les pages qui suivent, vous trouverez une variété de services, de ressources et de références disponibles dans la région de Vaudreuil-Soulanges, ainsi que des lignes téléphoniques où vous pourrez obtenir du soutien psychologique et être écouté en toute bienveillance.

Parce que vos besoins évoluent et que chaque parcours est unique, votre Association croit profondément à l'importance d'être à l'écoute, de s'adapter et d'agir de manière proactive.

Ce bottin s'inscrit dans cette volonté : mieux vous orienter, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches, tout en facilitant l'accès à des ressources pertinentes (gratuites ou à moindre coût). Nous espérons qu'il deviendra une référence précieuse pour vous et qu'il contribuera à améliorer votre bien-être.

Avec vous, à chaque étape, nous sommes là!

TABLE DES MATIÈRES



1

RESSOURCES POUR TOUS

ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE	5
DÉPANNAGE OU AIDE ALIMENTAIRE	6-7
DROITS	8
ÉQUIPEMENT D'AIDE À LA MOBILITÉ	8
FRIPERIES/MAGASINS COMMUNAUTAIRES	9
IMPÔTS	10
LOGEMENTS	10-11
LUNETTES	11
SANTÉ MENTALE	12
SANTÉ PHYSIQUE	13-14-15
SOUTIEN ET AIDE À DOMICILE	15
SOUTIEN FINANCIER	16
TRANSPORT pour rendez-vous médicaux	16
TRAVAIL	16

2

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES 50 ANS ET PLUS

ACCOMPAGNEMENT	18
DROITS	18
MAINTIEN À DOMICILE des aînés en perte d'autonomie	19
REPAS - service de livraison à domicile	19
SOINS ET AIDE À DOMICILE	20
SOUTIEN (ligne d'écoute, accompagnement, visite d'amitié)	21
TRANSPORT pour rendez-vous médicaux et autres	22

Assistance téléphonique

● LIGNES fibromyalgie, syndrome de fatigue chronique, douleur chronique

SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE DE LA FIBROMYALGIE

450 933-6530 - www.sqf.quebec

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE L'ENCÉPHALOMYÉLITE MYALGIQUE (SYNDROME DE FATIGUE CHRONIQUE)

1 855 369-0386 - www.aqem.ca

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA DOULEUR CHRONIQUE

1 855 368-5387 - www.douleurquebec.ca - www.gerermadouleur.ca

● LIGNES d'assistance générale

INFO-SANTÉ

Composez le **811, option 1**, pour **conseils de santé non urgents**.

Composez le **811, option 2**, pour **consultation gratuite avec un travailleur social**.

Les services sont disponibles 24/7.

LIGNE D'ÉCOUTE POUR LES IDÉES SUICIDAIRES

Appelez le **3114**, un numéro gratuit disponible 24/7.

SERVICES COMMUNAUTAIRES

Le **211** est disponible 7 jours sur 7, de 8 h à 18 h, pour trouver des services de proximité.

SITUATIONS D'URGENCE

En cas de problème grave ou d'urgence, composez le **911**.

● LIGNES d'écoute

TEL-AIDE (une écoute empathique)

Notre service d'écoute téléphonique est anonyme, confidentiel et gratuit.

Nos bénévoles sont là pour vous écouter, peu importe la situation, jour et nuit, 365 jours par année !

Se décharger d'un trop-plein émotionnel qui empêche de voir clair.

450 377-0600

TEL-ÉCOUTE (ligne d'écoute pour les endeuillé.e.s)

Les personnes endeuillées âgées de plus de 18 ans peuvent recevoir une écoute empathique et réconfortante ainsi que des références, en

téléphonant chez Tel-Écoute à notre ligne le Deuil au : **1 888 533-3845**

Dépannage ou aide alimentaire

CAFÉ DE LA DÉBROUILLE

(pour résidents du secteur Rigaud, Pointe-Fortune et Très-Saint-Rédempteur)

Le dépannage alimentaire fournit des denrées de première nécessité tous les jeudis, toutes les deux semaines, aux personnes en situation de précarité.

450 206-1008

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

(pour résidents du secteur Vaudreuil)

Le dépannage alimentaire est une aide temporaire fournie par L'Actuel afin d'aider les personnes à traverser une période difficile. Les usagers recevront de la nourriture et des produits d'hygiène en toute confidentialité.

450 455-3331

90, rue Adèle – Vaudreuil-Dorion

www.lactuel.org/depannages-alimentaires

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

(pour résidents du secteur Soulanges)

Le dépannage alimentaire est une aide temporaire offerte aux résidents de Soulanges.

450 265-3134

371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/services

CENTRE DORION DREAM CENTER

(pour résidents du secteur Vaudreuil-Dorion)

La Banque alimentaire du Dorion Dream Center offre une aide alimentaire équilibrée et nutritive aux personnes et aux familles vivant une situation d'insécurité alimentaire.

450 601-4598

490, rue Chicoine, Vaudreuil-Dorion

www.doriondreamcenter.com/fr

LA SOURCE D'ENTRAIDE (pour résidents de St-Lazare)

La Source d'Entraide vient en aide à une cinquantaine de familles dans le besoin, grâce à son programme de dépannages alimentaires.

450 455-8000

2252, ch. Sainte-Angélique, Saint-Lazare

www.sourcedentraide.org

Dépannage ou aide alimentaire (suite)

GARDE-MANGERS PARTAGÉS DE VAUDREUIL-SOULANGES (libre-service)

Armoire ou frigo public où les gens déposent des surplus alimentaires ou des dons pour que d'autres puissent les prendre gratuitement. **Il est préférable d'appeler avant de se déplacer.**

Carrefour jeunesse emploi Vaudreuil-Soulanges :

400, boul. Harwood, Vaudreuil-Dorion : **450 455-3185**

Centre d'action bénévole l'Actuel :

88, rue Adèle, Vaudreuil-Dorion : **450 455-3331**

Centre d'action bénévole Soulanges :

371, rue Sainte-Catherine, Saint-Polycarpe : **450 265-3134**

Centre prénatal et jeunes familles :

640A, rue Chicoin, Vaudreuil-Dorion : **450 424-7867**

La Source d'Entraide :

2252, ch. Sainte-Angélique, Saint-Lazare : **450 455-8000**

Maison de la famille Vaudreuil-Soulanges :

1210, rue Principale, Saint-Zotique : **450 217-2177**

Maison des jeunes Les Cèdres :

1060, chemin du Fleuve, Les Cèdres : **450 452-0215**

Maison des jeunes Rigaud :

96, rue St-Jean-Baptiste E, Rigaud : **450 451-9937**

Municipalité de Les Coteaux :

65, route 338, Les Coteaux : **450 267-3531**

Municipalité de Saint-Clet :

615, route 201, Saint-Clet : **450 456-3363**

Droits

AIDE JURIDIQUE

Services juridiques gratuits ou à bas prix aux personnes admissibles financièrement.

640, rue Chicoine, Vaudreuil-Dorion

450 455-3327

CAAP MONTÉRÉGIE

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Montérégie est un organisme communautaire régional indépendant mandaté par le ministère de la Santé et des Services sociaux pour :

Insatisfactions dans le réseau de la santé et services sociaux

Problématique avec le bail en résidence privée pour aînés

1800 263-0670

1255, rue Émile-Bouchard, local 206, Vaudreuil-Dorion

www.caapmonteregie.ca

COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES DU CISSS DE LA MONTÉRÉGIE-OUEST

Plaintes et améliorations des services

1800 694-9920, poste 2280

EDUCALOI

La référence en éducation et vulgarisation juridique depuis 2000.

Rendre le droit accessible, facile à comprendre et à utiliser dans la vie quotidienne.

www.educaloi.qc.ca

Équipement d'aide à la mobilité

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

Prêt de chaises roulantes, de béquilles, de chaises de bain, de marchettes.

450 265-3134 - 371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/services

LE CARREFOUR DE L'ESPOIR

450 218-3100

73, Rte de Lotbinière, Vaudreuil-Dorion

Facebook : Le Carrefour de L'Espoir - Vaudreuil-Dorion

Friperies/magasins communautaires

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

La Friperie L'Actuel propose des livres, des jouets, des jeux, divers articles ménagers et des vêtements d'occasion pour toute la famille.

450 455-3331

90, rue Adèle – Vaudreuil-Dorion

www.lactuel.org/boutique-friperie

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

« Acheter à la friperie CAB Soulanges, c'est faire un geste écoresponsable tout en aidant la communauté ».

450 265-3387

371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/friperie

LA BOUTIQUE NOVA (Hudson)

Magasin et comptoir d'occasions

(450) 202-6682

434, Rue Main, Hudson

LA SOURCE D'ENTRAIDE

La Source d'Entraide est un organisme à but non lucratif qui vient en aide aux personnes de la communauté dans le besoin.

La mission principale de La Source d'Entraide est de contribuer au bien-être de la population par la vente de vêtements et d'articles à prix modique.

450 455-8000

2252, ch. Sainte-Angélique, Saint-Lazare

www.sourcedentraide.org

LE CARREFOUR DE L'ESPOIR

Le Carrefour de l'Espoir est un organisme à but non lucratif. La vocation première du Carrefour de l'Espoir est de venir en aide aux personnes défavorisées de notre région afin de les aider à se procurer des biens meubles et articles ménagers de toutes sortes.

450 218-3100

73, Rte de Lotbinière, Vaudreuil-Dorion

Facebook : Le Carrefour de L'Espoir - Vaudreuil-Dorion

Impôts

CAFÉ DE LA DÉBROUILLE

(pour résidents du secteur Rigaud, Pointe-Fortune et Très-Saint-Rédempteur)

Ce service est destiné à accompagner les bénéficiaires dans la préparation et la soumission de leurs rapports d'impôts, en assurant une assistance personnalisée. Les conseillers aident à remplir les formulaires, vérifier les informations fiscales et répondre aux questions des usagers, facilitant ainsi leur démarche. Disponible sous certaines conditions.

450 206-1008

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

Le Centre d'action bénévole L'Actuel, accompagné d'une équipe de bénévoles expérimentés, soutenue par l'Agence de Revenu du Canada et Revenu Québec, offre un service de déclaration d'impôt aux personnes à faible revenu répondant aux critères d'admissibilité.

450 455-3331

90, rue Adèle – Vaudreuil-Dorion

www.lactuel.org/impot

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

450 265-3134

371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/services

Logements

MON LOGEMENT, MES DROITS

Défense des droits des locataires. Formation en vue d'une audience au TAL (Tribunal administratif du logement). Atelier d'éducation populaire et documentation sur les enjeux en matière de logement pour les personnes résidant dans la MRC Vaudreuil-Soulanges.

438 308-5973

Logements (suite)

ORHVS - Office régional d'habitation Vaudreuil-Soulanges

Améliorer les conditions de vie de personnes et de familles à faible revenu ou à revenu modique sur le territoire de la MRC en mettant à leur disposition des logements abordables de qualité et sécuritaires.

LES PROGRAMMES :

Habitation à loyer modique (HLM)

Logement à prix modique

Toit d'abord habitations abordables Vaudreuil-Soulanges

Logements à prix abordables

PSLQ (Programme supplément au loyer Québec) - L'ORHVS signe des ententes avec le propriétaire sur le marché privé

450 218-6994

420, avenue Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion

www.orhvs.ca

PAL (Programme allocation logement) - REVENU QUÉBEC

Aide financière destinée aux familles et aux personnes de 50 ans et plus selon laquelle les ménages peuvent recevoir jusqu'à 170 \$ par mois pour aider à payer le loyer.

Admissibilité : **www.revenuquebec.ca**

Dans recherche : **Programme d'allocation logement**

TAL – Tribunal administratif du logement

Renseignements sur les droits et les obligations des locataires et locateurs.

1800 683-2245

Lunettes

BONHOMME À LUNETTES

Des lunettes de qualité à bas prix.

POINTS DE SERVICES :

CENTRE PRÉNATAL ET JEUNES FAMILLES

640a, Rue Chicoine, Vaudreuil-Dorion

Sur rendez-vous : **514 303-4315**

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

450 265-3134

371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/services

Santé mentale

Centre de femmes LA MOISSON

Relation d'aide et écoute individuelle - Services gratuits

La relation d'aide individuelle est disponible préférentiellement sur rendez-vous.

514 453-8720

64, Grand Boulevard, Ville de L'Île Perrot

www.centredefemmeslamoisson.com/services/#relation-aide

CLIC SANTÉ - Nouveaux services en relation d'aide (février 2026)

De nombreux thérapeutes en relation d'aide affichent maintenant leurs rendez-vous sur Clic Santé (avec ou sans frais). Plusieurs offrent des consultations à distance, vous permettant d'obtenir un soutien confidentiel pour traverser une période difficile ou améliorer votre bien-être, et ce, peu importe votre lieu de résidence.

<https://portal3.clicsante.ca/services/therapeute-relation-d-aide>

LE TOURNANT

Pour les personnes en détresse ou suicidaire, leurs proches ou les personnes endeuillées par suicide

450 371-4090

LE VERSANT – réseau d'entraide pour personnes souffrant de troubles anxieux

Les ateliers regroupent 8-10 adultes et sont animés par deux personnes ayant déjà suivi le programme et vivant mieux avec leur anxiété -

450 801-8393

MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC

www.mouvementsmq.ca

7 astuces pour une bonne santé mentale individuelle et collective.

SANTÉ QUÉBEC MONTÉRÉGIE-OUEST

Pour rencontrer travailleur(se) social(e)

Laisser un message au **450 455-6171, poste 7704**

Si urgence, se présenter au :

3031, Bd de la Gare, Vaudreuil-Dorion

Lundi au jeudi : 8 h à 20 h

Vendredi : 8 h à 16 h

Santé physique

ACOUPHÈNE QUÉBEC

Appel sans frais : 1877 276-7772

www.acouphenesquebec.org

ALZHEIMER, SCLÉROSE EN PLAQUES, ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX, CANCER ET SANTÉ FRAGILE

SANTÉ NOVA Hudson (pour Hudson et St-Lazare) est une organisation communautaire à but non lucratif et caritative qui répond aux besoins de la communauté par le développement et la prestation de services de santé de haute qualité.

- Répit et assistance pour les activités de la vie quotidienne aux aidants ou aux personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer, de sclérose en plaques, d'accidents vasculaires cérébraux, de cancer et de santé fragile
- Soins infirmiers à domicile
- Soins palliatifs
- Soutien familial

450 458-5727 - www.novahudson.com

CANCER ET MALADIES GRAVES

OVPAC - Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves

OVPAC œuvre avec dévouement pour améliorer la qualité de vie des personnes touchées par le cancer et les maladies graves, ainsi que celle de leurs proches.

- Accompagner et soutenir
- Faciliter et assurer l'accès aux soins et aux traitements médicaux
- Favoriser le maintien à domicile
- Encourager la formation de groupes d'entraide
- Organiser des activités diverses

1866 386-8722 ou 450 371-5400

320, Chemin Larocque, Salaberry-de-Valleyfield

www.ovpac.org/mission-et-valeurs

DÉFICIENCE VISUELLE - Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB)

Seul centre de réadaptation spécialisé uniquement en déficience visuelle au Québec, l'Institut Nazareth et Louis-Braille a développé une expertise de pointe dans ce domaine depuis sa création, en 1861.

Les services sont offerts aux gens de tous les âges.

1800 361-7063 ou 450 463-1710

www.santemonteregie.qc.ca/centre/organisation/institut-nazareth-et-louis-braille

Santé physique (suite)

MÉDECINE CONVENTIONNELLE

ASSOCIATION DES MÉDECINS RHUMATOLOGUES DU QUÉBEC

1800 561-0703

3000-2, complexe Desjardins, C.P. 216, succursale Desjardins, Montréal
www.rhumatologie.org/fr/accueil.asp

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA PHYSIOTHÉRAPIE

514 318-9579

C.P. 77060, Galeries-Terrebonne, Terrebonne
www.aqp.quebec

FÉDÉRATION DES KINÉSIOLOGUES DU QUÉBEC

514 343-2471

2100, boulevard Edouard-Montpetit, CEPSUM, local 7203, Montréal
www.kinesiologue.com/fr

ORDRE DES ERGOTHÉRAPEUTES DU QUÉBEC

1800 265-5778

2021, avenue Union, bureau 920, Montréal
www.oeq.org

MÉDECINE ALTERNATIVE

ASSOCIATION DES ACUPUNCTEURS DU QUÉBEC

1800 363-6567

1453, rue Beaubien Est, suite 203, Montréal
www.acupuncture-quebec.com

ASSOCIATION DES CHIROPRACTIENS DU QUÉBEC

1866 292-4476

7960, boulevard Métropolitain Est, Anjou
www.chiropratique.com

ASSOCIATION DES NATUROPATHES AGRÉÉS DU QUÉBEC

1866 520-5225

C.P. 65075, B.P. Mozart, Montréal
www.anaq.ca

Santé physique (suite)

MÉDECINE ALTERNATIVE (suite)

ASSOCIATION DES NATUROPATHES PROFESSIONNELS DU QUÉBEC

1 888 268-2516

819, rue Saint-François-Xavier, Terrebonne, QC

www.anpq.qc.ca

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES OSTÉOPATHES

1 450 622-6783

3557, boulevard Dagenais, Laval

www.associationquebecoisedesosteopathes.com

MIGRAINE

Migraine Québec

www.migrainequebec.org

SOMMEIL

Société canadienne du sommeil

www.scs-css.ca

Soutien et aide à domicile

BIEN CHEZ SOI

Avec Bien Chez Soi, vous bénéficierez de l'aide à domicile personnalisée selon vos besoins.

Services clés :

- Aide familiale
- Entretien complet : ménage, organisation, lavage et repassage
- Soins à domicile
- Soutien pratique : courses, repas

Possibilité de crédits d'impôt (70 ans et plus et retour anticipé frais de garde)

514 666-0628, poste 20701

www.bienchezsoi.ca

Soutien financier

DEMANDE DE PRESTATIONS POUR INVALIDITÉ DU RÉGIME DES RENTES DU QUÉBEC

Retraite Québec, CP 5200, Québec QC G1K 7S9

418 643-5185

www.rrq.gouv.qc.ca - Onglet : Invalidité

Transport pour rendez-vous médicaux

TAXI SOULANGES (7 jours sur 7)

Transport adapté – véhicule accessible pour personnes à mobilité réduite

514 814-8294

www.taxisoulanges.com

Travail

SDEM SEMO MONTÉRÉGIE

Chef de file en Montérégie en ce qui a trait à l'employabilité des personnes handicapées. Notre rôle premier est de reconnaître la valeur de chaque personne, peu importe sa limitation, et de l'aider à développer son potentiel d'employabilité. Pour ce faire, et par une gamme de services variés, nos conseillers spécialisés offrent à notre clientèle un accompagnement sur mesure pour l'amener vers l'emploi ou l'aider à se maintenir en emploi tout en développant et maintenant des liens solides avec une grande diversité d'employeurs accueillants, inclusifs et ouverts à la différence.

1800 646-6096

19, rue du Marché, Valleyfield

www.sdem-semo.org

VISION TRAVAIL

Centre-Conseil en emploi pour les 40 ans et plus en Montérégie

S'adresse à une clientèle, chercheur d'emploi, tous métiers ou professions.

Salaberry-de-Valleyfield (siège social) : 450 371-9533

Vaudreuil-Dorion : 450 455-5150

www.visiontravail.ca



2

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES 50 ANS ET PLUS

En plus de bénéficier des ressources mentionnés dans la section
RESSOURCES POUR TOUS, les 50 ans et plus ont aussi accès à :

Accompagnement

CARREFOUR BIENVEILLANCE 50+

Carrefour Bienveillance 50+ est un organisme à but non lucratif qui contribue à rompre l'isolement ainsi qu'à développer et maintenir le pouvoir d'agir des personnes de 50 ans et plus, en intervenant dans leur milieu de vie par le biais de services d'information, de soutien et d'accompagnement.

Centre de références

- Services d'écoute, de référence et d'intervention psychosociale pour les proches aidants
- Services Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV)
- Services de soutien aux aînés victimes d'abus (SAVA)

450 424-0111

418, avenue Saint-Charles, bureau 303

Vaudreuil-Dorion

www.carrefourbienveillance.org

Droits

L'AQDR Valleyfield-Suroît - L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées

L'AQDR Valleyfield-Suroît est un centre d'aide et d'accompagnement qui se distingue par son implication à la défense collective, la protection et la promotion des droits des personnes aînées (50 ans et plus).

450 370-0204

110, rue Mathias, Bureau 101, Salaberry-de-Valleyfield

www.aqdr.org/section/valleyfield-suroit

CAAPA

Centre d'aide et d'accompagnement gratuit dans la défense de droit des personnes de 50 ans et plus.

450 807-2232

Facebook : www.facebook.com/caapa.aqdr.valleyfieldsuroit

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES 50 ANS ET PLUS (suite)

En plus de bénéficier des ressources mentionnés dans la section **RESSOURCES POUR TOUS**, les 50 ans et plus ont aussi accès à :

Maintien à domicile (aînés en perte d'autonomie)

SAPA : Soutien à l'autonomie des personnes âgées

Le programme de Soutien à l'autonomie des personnes âgées (**SAPA**) du **CISSS de la Montérégie-Ouest (CISSSMO)** (via le GASSA) offre des services personnalisés pour le maintien à domicile des aînés en perte d'autonomie. Il inclut des soins infirmiers, médicaux, psychosociaux, de la réadaptation, du répit pour les proches aidants, ainsi que des prêts d'équipement et l'accès à l'hébergement (CHSLD/RI).

Les demandes de services de soutien à domicile sont traitées par le Guichet d'accès SAPA-SAD (GASSA).

1833 774-2772

Courriel : gassa.ciassmo16@ssss.gouv.qc.ca

gassa.ciassmo16@ssss.gouv.qc.ca

Repas (service de livraison à domicile)

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

Dépannage alimentaire/livraison

Le service de dépannage alimentaire avec livraison est destiné aux aînés à mobilité réduite et à faible revenu. Il offre des denrées alimentaires et des produits d'hygiène, livrés directement à domicile pour soutenir ceux qui en ont besoin. **450 455-3331**

CENTRE COMMUNAUTAIRE DES AÎNÉS DE VAUDREUIL-SOULANGES

La popote roulante est un service de livraison à domicile de repas faits maison, nutritifs et équilibrés pour les aînés, les personnes en perte d'autonomie, ou ayant des limitations temporaires ou permanentes.

Des plats chauds sont disponibles pour livraison trois jours par semaine, soit le lundi, mercredi et jeudi midi, au coût de 8,00 \$ (sans taxes), et cela comprend la soupe, un choix de deux repas principaux et le dessert.

450 265-3548 ou sans frais **1 855 510-3548**

www.centredesainesvs.com/services/popote-roulante

En plus de bénéficier des ressources mentionnés dans la section **RESSOURCES POUR TOUS**, les 50 ans et plus ont aussi accès à :

Soins et aide à domicile

SADVS (Services d'aide à domicile Vaudreuil-Soulanges)

Entreprise d'économie sociale accréditée par la Régie d'assurance maladie du Québec (RAMQ) depuis novembre 1998. Services d'aide à domicile Vaudreuil-Soulanges offre à toute la population résidant sur le territoire, plus particulièrement aux aînés ainsi qu'à leur famille étant socio-économiquement défavorisées, les **services suivants** :

- **Présence et surveillance**
- **Aide-ménagère**
- **Soins à la personne (soins d'hygiène complets ou partiels)**
- **Aide aux repas (préparation de repas sans diète à domicile)**
- **Approvisionnement (faire l'épicerie et les courses à la pharmacie ou autres)**

Ceux qui peuvent en bénéficier :

- **les personnes âgées de plus de 65 ans;**
- **les personnes de moins de 65 ans présentant des limitations fonctionnelles et référées par le CSSS;**
- **les personnes handicapées, malades, familles et toutes autres personnes désirant recevoir une aide à domicile.**

Les services d'aide à domicile à Vaudreuil et d'aide à la personne sont offerts à des prix très compétitifs (exemptés de taxes) grâce à une aide financière gouvernementale dont tous les usagers peuvent bénéficier. Pour s'inscrire au Programme d'exonération financière :

450 424-3919

17, boul. de la Cité des Jeunes Est, suite 220, Vaudreuil-Dorion

www.aideadomicilevs.ca

BAYSHORE SOINS À DOMICILE

Groupes de professionnels de la santé qui fournissent des soins infirmiers et personnels aux personnes âgées de **55 ans et plus, en perte d'autonomie**, souffrant de maladies chroniques, de démence ou nécessitant des soins palliatifs, le tout, dans le confort de leur domicile.

Nos équipes de proximité sont autonomes et travaillent avec les familles et le système public (**possibilité de recevoir un crédit d'impôt pour le maintien à domicile des aînés**) pour obtenir des résultats optimaux en matière de santé.

Andréanne Bertrand

Infirmière, responsable clinique d'équipe soins de proximité

450 897-0344 – Cellulaire : 437 446-8170

65, boulevard Cité des Jeunes, # 225, Vaudreuil-Dorion

abertrand@bayshore.ca | **www.bayshore.ca**

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES 50 ANS ET PLUS (suite)

En plus de bénéficier des ressources mentionnés dans la section **RESSOURCES POUR TOUS**, les 50 ans et plus ont aussi accès à :

Soutien (ligne d'écoute, visite d'amitié)

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

Visites d'amitié pour les résidents du secteur Vaudreuil. Les visites d'amitié consistent en un jumelage entre un bénévole et une personne seule, âgée ou en perte d'autonomie. Cette visite hebdomadaire au domicile du bénéficiaire permet de briser l'isolement et d'offrir du soutien moral à l'ainé.

450 455-3331

SécuriCAB

L'Actuel offre le service gratuit d'appels automatisés : SécuriCAB. Ce service est fourni à toute **personne isolée à risque de chute, vieillissante, en perte d'autonomie ou convalescente**. Ces appels (sécurité ou rappel de médicament) permettent aux usagers de conserver leur autonomie tout en assurant leur sécurité. **450 455-3331**

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

Appels et visites d'amitié réconfortante

450 265-3134

TEL-ÉCOUTE-TEL-AÎNÉS

La ligne Tel-Aînés offre de **l'écoute active aux personnes de 60 ans et plus**, des services de visites et appels amicaux, en plus d'offrir des services de proximité.

514 353-2463

TEL-ÉCOUTE (ligne d'écoute pour les endeuillé.e.s)

Les personnes endeuillées âgées de plus de 18 ans peuvent recevoir une **écoute empathique et réconfortante** ainsi que des références, en téléphonant chez Tel-Écoute à notre ligne : le Deuil au **1 888 533-3845**

CENTRE D'ÉCOUTE MONTRÉGIE

Leur mission est de prévenir et de briser l'isolement, la solitude et la détresse chez les aînés de la Montérégie, tout en les accompagnant vers un mieux-être global. **450 658-8509**

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU SUROÛT

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répit)

1 877 773-0303

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES 50 ANS ET PLUS (suite)

En plus de bénéficier des ressources mentionnés dans la section
RESSOURCES POUR TOUS, les 50 ans et plus ont aussi accès à :

Transport (rendez-vous médicaux et autres)

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

Le service d'accompagnement-transport médical est offert aux personnes âgées (65 ans et plus), malades ou en perte d'autonomie (physique, psychologique ou intellectuelle) qui doivent se rendre à des rendez-vous médicaux dans la région ou hors région.

Réservations : **450 455-3331, poste 0**

90, rue Adèle, Vaudreuil-Dorion

www.lactuel.org/transport-medical

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

450 265-3134

371, rue Ste-Catherine, Saint-Polycarpe

www.cabsoulanges.com/services



450 218-7722



info@afsfc-vs.org



www.afsfc-vs.org



assofibromyalgieAFSFCVS