



RÉPERTOIRE
DES SERVICES
POUR LES ÂÎNÉS

MRC DE LA
NOUVELLE-BEAUCE

Sainte-Hénédine



PRÉSENTATION

La MRC de La Nouvelle-Beauce se soucie du bien-être des aînés et prend à cœur leur qualité de vie. Dans cette optique, plusieurs services sont mis à leur disposition sur le territoire de la Nouvelle-Beauce, dans des organismes comme dans des institutions. Accessibles dans chacune des municipalités, ils sont de nature très diversifiée, allant de l'aide à domicile au soutien aux proches aidants, en passant par les loisirs, le transport et les conseils financiers.

Ce bottin a comme objectif de faire connaître davantage ces différents services ainsi que les ressources disponibles dans notre MRC et auxquelles les aînés peuvent faire appel au besoin. Vous trouverez également dans les pages centrales le répertoire des services complémentaires de votre municipalité.

Les membres de la Table de concertation des aînés de la MRC de La Nouvelle-Beauce sont heureux de présenter ce répertoire des services et des ressources. C'est grâce au soutien financier des organismes et de la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches ainsi qu'à la collaboration des municipalités que ce projet s'est concrétisé en janvier 2013. Nous invitons les aînés et leurs proches à le consulter au besoin et à le garder à portée de la main.



**Table
de concertation
des aînés de la
MRC de La Nouvelle-Beauce**

TABLE DES MATIÈRES

Urgence	4
Aide et soins à la personne	5
Alimentation et entretien de la résidence	6
Défense des droits	7
Dépendances	8
Loisirs et transport	9
Services complémentaires	10-11
Revenu	12
Santé physique et psychologique	13
Soutien aux proches aidants	14
Vos organismes	15-19



URGENCE

Urgence (pompiers, police, ambulance) :	911
Service Info-Santé :	811
Service Urgence-Détresse :	1 866 APPELLE 1 866 277-3553
Détresse psychologique : 24 h/24, 7 jours/7	1 866 277-3553
Tel-Écoute du Littoral :	418 387-3393
Ligne Info-Abus :	1 888 489-ABUS 1 888 489-2287

Notes



AIDE ET SOINS À LA PERSONNE

- Soins pour l'hygiène, aide au bain
- Aide au lever et au coucher
- Déplacements (ex. : aller à la salle de bain)
- Aide pour manger
- Aide à l'habillement

**Coopérative de services à domicile
Beauce-Nord :**

418 387-8283

Si vous êtes en plus grande perte d'autonomie

**Centre de santé et de services sociaux
(CSSS) Alphonse-Desjardins :**

418 387-8181

Notes _____



ALIMENTATION ET ENTRETIEN DE LA RÉSIDENCE

- Préparation de repas et faire l'épicerie

Coopérative de services à domicile

Beauce-Nord :

418 387-8283

- Popote roulante : livraison du ou des repas le midi
- Paniers de Noël et/ou dépannage alimentaire en collaboration avec les Chevaliers de Colomb

Lien-Partage :

418 387-3391

- Entretien ménager, lessive

Coopérative de services à domicile

Beauce-Nord :

418 387-8283

- Travaux légers (ex. : déneigement des marches, ramassage de feuilles, etc.)

Lien-Partage :

418 387-3391

Notes _____



DÉFENSE DES DROITS

- Assistance et accompagnement aux plaintes portées envers les établissements du réseau de la santé et des services sociaux

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) – Chaudière-Appalaches : **418 387-8414**

- Défense des droits économiques, politiques, sociaux et culturels (information, référence, accompagnement)

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Beauce-Etchemins : **418 222-0000**

- Service d'aide téléphonique aux personnes préretraitées, retraitées et aînées (référence et orientation en défense des droits)

Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) de Chaudière-Appalaches : **1 866 497-1548**

- Défense des droits des usagers du CSSS Alphonse-Desjardins

Comité des usagers du CSSS Alphonse-Desjardins : **418 380-8994, poste : 1439**

Notes



DÉPENDANCES

- Thérapies de groupe et individuelles pour les personnes aux prises avec le jeu, l'alcool et les autres drogues
- Programme d'aide aux proches des personnes dépendantes

Maison L'Odysée pour joueurs compulsifs : 418 387-7071

- Programme Alcochoix +

CSSS Alphonse-Desjardins :

418 387-8181

Notes _____



LOISIRS ET TRANSPORT

- Programme VACTIVE et programme *Vivre en équilibre*, à nous de jouer
- Programmation annuelle d'activités physiques pour les 50 ans et plus (workout et zumba, entraînement en plein air, initiation à différents sports, etc.).

Lien-Partage :

418 387-3391

- Transport adapté et collectif

Transport collectif de Beauce :

418 397-6666

1 877 397-6668

- Accompagnement-transport

Lien-Partage :

418 386-3837

Notes



SERVICES COMPLÉMENTAIRES | SAINTE-HÉNÉDINE

Bibliothèque La Détente	418 935-3113
Municipalité	418 935-7125
Presbytère	418 935-3534
Société canadienne des postes	418 935-3657
Cercle de Fermières (Danielle Fournier)	418 935-3778
Club de l'Âge d'or – FADOQ (Louissette Fournier)	418 935-3691
Équipe d'animation locale (Lucie Rainville, déléguée pastorale)	418 935-7071





REVENU

- Consultation et suivi budgétaire
- Cours sur le budget
- Information sur les programmes et prestations disponibles
- Formations sur mesure

Association coopérative d'économie familiale (ACEF)

Amiante-Beauce-Etchemins : **1 888 338-4755**

- Carrefour d'information pour aînés
- Service d'aide gratuit pour comprendre et remplir différents formulaires du gouvernement (ex. : Régie des rentes du Québec, allocation du conjoint survivant, crédit d'impôt pour le maintien à domicile et plusieurs autres)

Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin : **1 855 774-6008**

- Informations générales

Services Québec : **1 877 644-4545**

- Impôt et mesures fiscales (Aide pour remplir vos déclarations de revenus – Programme des bénévoles / Crédit d'impôt pour aidant naturel / Crédit d'impôt pour frais médicaux / Crédit d'impôt pour maintien à domicile d'une personne âgée / Crédit d'impôt pour relève bénévole / Crédit d'impôt pour répit à un aidant naturel / Crédit pour TVQ)

Revenu Québec : **1 800 267-6299**

- Revenus de retraite (Régie des rentes du Québec)

Revenu Québec : **1 800 463-5185**

- Crédit pour la TPS / Montant pour les aidants naturels

Revenu Canada : **1 800 959-1954**

- Pension de la Sécurité de la vieillesse / Supplément de revenu garanti / Allocation et allocation au survivant

Revenu Canada : **1 800 277-9915**



SANTÉ PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE

Info-santé : 811

- Vous avez un problème important de santé et vous ne savez pas où vous adresser? Vous êtes à la recherche d'un professionnel de la santé? Vous désirez cesser de fumer? Vous désirez prévenir les chutes?

CSSS Alphonse-Desjardins : 418 387-8181

- Prise de rendez-vous (prélèvements, prises de sang, etc.)

CSSS Alphonse-Desjardins : 418 387-6060

- Centre de jour

CSSS Alphonse-Desjardins : 418 387-1727

- Vaccination
- Information et conseils santé pour les voyageurs

Clinique Santé Voyage : 418 380-8109

- Visites d'amitié

Lien-Partage : 418 387-3391

- Accompagnement au traitement – maladie grave – écoute, groupe d'entraide « Bonjour la vie »

Groupe d'accompagnement Jonathan : 418 387-6888

- Service personnalisé d'appels informatisés

Programme PAIR : 418 387-6189

- Écoute téléphonique, groupes de soutien, rencontres individuelles ou familiales
- Conférences-échanges et cafés-rencontres

Société Alzheimer Chaudière-Appalaches : 418 387-1230



SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

- Écoute, support, référence
- Accompagnement répit (Lien-répit) régulier ou ponctuel
- Groupes de soutien et d'entraide
- Halte-répit

Lien-Partage : 418 387-3391

- Information, formation, soutien

Société Alzheimer Chaudière-Appalaches : 418 387-1230

- Service de répit-gardiennage

**Coopérative de services à domicile
Beauce-Nord :** 418 387-8283

- Service de répit à domicile (jour), en centre de jour et en milieu d'hébergement
- Répit atypique (soir, nuit et fin de semaine)

CSSS Alphonse-Desjardins : 418 387-8181

- Accompagnement au traitement, écoute, groupe d'entraide
« Bonjour la vie »

Groupe d'accompagnement Jonathan : 418 387-6888



VOS ORGANISMES

Association coopérative d'économie familiale (ACEF) Amiante-Beauce-Etchemins

1 888 338-4755

L'ACEF Amiante-Beauce-Etchemins est un groupe communautaire qui intervient dans les domaines du budget, du crédit, de l'endettement et de la protection des consommateurs. L'ACEF œuvre également à la défense des droits des personnes assistées sociales. Elle offre plusieurs services, dont des consultations et suivis budgétaires, du dépannage en consommation, de la représentation concernant les dossiers de défense des droits et de consommation en général ainsi que plusieurs activités éducatives comme des cours sur le budget et des cours adaptés aux clientèles spécifiques.

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Beauce-Etchemin

418 222-0000

L'AQDR – secteur Beauce offre du soutien et de l'accompagnement pour faire respecter vos droits dans tous les domaines de votre vie. Elle peut vous guider et vous mettre en contact avec différentes ressources : Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC); Info-Santé; Office de protection du consommateur (OPC); Centre d'écoute et de prévention du suicide (CEPS); Aide juridique; L'Interface (organisme de justice alternative); Éducaloi (informations sur les droits et obligations au Québec, et section spéciale pour les aînés); Autorité des marchés financiers; L'Ombudsman des assurances des personnes. L'AQDR – secteur Beauce offre également des conférences et déjeuners-conférences sur des sujets touchant les aînés.

Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) de Chaudière-Appalaches

1 866 497-1548

L'AQRP de Chaudière-Appalaches a pour mission de promouvoir et de défendre les droits et les intérêts économiques, financiers, culturels, intellectuels et sociaux des retraités, tout en s'assurant du maintien et de l'amélioration de leur

qualité de vie et de leur santé. Elle offre un large éventail de services, qui comprend un service d'aide téléphonique, des formations et conférences sur divers sujets, des activités sociales et culturelles, le programme 55 ans au volant ainsi que le programme *Quel sens donner à ma retraite?*, qui consiste en une démarche personnelle conçue par l'AQRV visant à approfondir vos perceptions sur le passage à la retraite.

Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin

1 855 774-6008

Le Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin offre le Carrefour d'information pour aînés, qui consiste en un service d'aide gratuit pour trouver et remplir différents formulaires du gouvernement (exemples : Régie des rentes du Québec/Allocation du conjoint survivant/Crédit d'impôt pour le maintien à domicile, etc.).

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) Chaudière-Appalaches

418 387-8414

Êtes-vous insatisfait(e) d'un service reçu ou en attente d'en recevoir de l'une des instances suivantes : centre hospitalier, CLSC, centre de réadaptation physique, intellectuelle ou en dépendance, centre jeunesse, centre d'hébergement et de soins de longue durée, organisme communautaire, service ambulancier, famille ou résidence d'accueil, résidence privée certifiée pour personnes âgées, ressource intermédiaire et les fonctions de l'Agence de la santé et des services sociaux?

Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes – Chaudière-Appalaches est l'organisme régional mandaté par le MSSS afin d'offrir aux usagers insatisfaits un service personnalisé pour la formulation d'une plainte auprès de l'instance concernée. L'objectif de la démarche de plainte est d'améliorer la qualité des soins et des services dispensés.

Centre de santé et de services sociaux (CSSS) Alphonse-Desjardins

418 387-8181

Le Centre de santé et de services sociaux Alphonse-Desjardins (CSSS A-D) a pour mission d'offrir des soins et des services sociaux accessibles et de qualité, à la fois préventifs et curatifs, aux 235 000 citoyens de son territoire. Le CSSS A-D compte 25 installations réparties sur tout son territoire, dont 5 CLSC, 13 centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), un centre hospitalier affilié universitaire (CHAU), 5 centres de jour pour les aînés,

une urgence de première ligne, une unité de médecine familiale (UMF) ainsi qu'une maison de naissance. En plus des services offerts dans ses différentes installations, le CSSS A-D déploie des équipes dans la communauté pour répondre aux besoins des personnes qui ne peuvent se déplacer.

Comité des usagers du CSSS

Alphonse-Desjardins

418 380-8994, poste 1439

Le comité des usagers du CSSS Alphonse-Desjardins a pour mission de renseigner les usagers sur leurs droits et leurs obligations, de promouvoir l'amélioration de la qualité des conditions de vie des usagers et d'évaluer le degré de satisfaction des usagers à l'égard des services obtenus de l'établissement. Il s'assure également de défendre les droits et les intérêts collectifs des usagers ou, à la demande d'un usager, ses droits et ses intérêts en tant qu'usager auprès de l'établissement ou toute autorité compétente. De plus, il a la responsabilité d'accompagner et d'assister, sur demande, un usager dans toute démarche qu'il entreprend, y compris lorsqu'il désire porter une plainte conformément à la Loi sur le Protecteur des usagers en matière de santé et de services sociaux (L.R.Q. c. P-31.1) et de s'assurer, le cas échéant, du bon fonctionnement de chacun des comités de résidents et veiller à ce qu'ils disposent des ressources nécessaires à l'exercice de leurs fonctions.

Coopérative de services à domicile Beauce-Nord

418 387-8283

La Coopérative de services à domicile Beauce-Nord offre des services à domicile de qualité en aide domestique (entretien ménager, préparation de repas, courses, lessive) ainsi qu'en aide à la personne (soins d'hygiène, aide au lever/coucher, répit). Des services qui sont adaptés aux besoins et accessibles à ses membres ou à toute autre personne pour les MRC de La Nouvelle-Beauce et de Robert-Cliche pour une meilleure qualité de vie dans le confort de votre foyer.

Groupe d'accompagnement Jonathan

418 387-6888

Le Groupe d'accompagnement Jonathan offre de l'accompagnement aux personnes ayant reçu un diagnostic sévère. Ses services comportent de l'écoute, ainsi qu'un parrainage et/ou groupe d'entraide, le groupe « Bonjour la vie », pour les personnes ayant vécu un cancer et pour leurs proches. Il offre également de l'accompagnement aux traitements de radiothérapie et de chimiothérapie pour les cas de cancer. Une présence est aussi offerte auprès du malade en fin de vie (à son domicile, à l'hôpital, en centre d'héber-

gement, en chambre et en soins palliatifs). Les personnes qui vivent un deuil peuvent être accompagnées individuellement ou en groupe d'entraide.

Lien-Partage

418 387-3391

Lien-Partage offre des services bénévoles de maintien en milieu de vie à toutes personnes en perte d'autonomie et des activités de prévention et de promotion de la santé aux personnes de 50 ans et plus.

Maison L'Odysée

418 387-7071

La Maison L'Odysée est un organisme à but non lucratif dont la mission est de venir en aide aux personnes aux prises avec le jeu, l'alcool et les autres drogues. Elle vise à les aider à atteindre l'abstinence ainsi qu'à les soutenir dans leur rétablissement. Elle a également pour mission de faire des activités de prévention sur les effets du jeu et des drogues et de soutenir les proches des personnes dépendantes dans l'amélioration de leur qualité de vie face aux difficultés vécues avec les conséquences des dépendances.

La Maison L'Odysée est reconnue comme un centre d'excellence dans le traitement des dépendances par ses approches à la fine pointe de l'intervention clinique auprès des dépendants ainsi que par son équipe expérimentée et spécialisée.

Pour plus d'informations, visitez leur site Internet au www.maisonlodysee.com

Police municipale de Sainte-Marie

418 387-6111

La Ville de Sainte-Marie dispose de son propre service de police municipal lui permettant ainsi d'offrir un service personnalisé aux besoins de ses citoyens, de répondre rapidement à toute situation d'urgence et de planifier des campagnes de sécurité bien adaptées au milieu. Le Service de police municipal offre une variété de services et programmes pour les aînés de la municipalité, tels que le Programme de sécurité à domicile, le comité de maltraitance chez les aînés, le programme Aîné-Avisé et des conférences telles que vieillir en santé et certaines autres adaptées à la clientèle desservie. Le Service de police municipal contribue également au programme Secours adapté ainsi qu'au programme PAIR. Veuillez prendre note que le programme Aîné-Avisé est aussi offert par les autres services de police de leurs localités.

La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches offre des services personnalisés dans 9 municipalités régionales de comté (MRC) de son territoire, dont celle de La Nouvelle-Beauce, et dessert également la grande ville de Lévis. L'écoute, l'information et le support aux individus et aux familles, touchés par la maladie, prennent incidemment plusieurs formes : écoute téléphonique, rencontre individuelle/familiale/de groupe, centre de documentation, conférence, café-rencontre, groupe de soutien, bulletin d'information trimestriel, formation des policiers au programme Sécu-Retour, formation et support aux équipes affectées au service de répit aux heures atypiques. Nous offrons également le prêt de livres et DVD. Les intervenants se déplacent à domicile le jour, le soir et la fin de semaine sur rendez-vous. Tous nos services sont confidentiels.

Transport collectif de Beauce

1 877 397-6688

Le Transport collectif de Beauce a pour mission de mettre en place, d'offrir, de maintenir et de gérer un service de transport de personnes pour les gens des MRC de La Nouvelle-Beauce et de Robert-Cliche. Il offre le transport en commun adapté aux personnes à mobilité réduite, et il rend accessibles à toute personne les places disponibles dans les circuits du transport en commun adapté. Le Transport collectif de Beauce aide également toute personne ou tout groupe dans leurs recherches et leurs réservations de transport. Il peut également créer de nouveaux circuits de transport.



Pour vous aider à trouver d'autres ressources communautaires (immigration, famille, santé mentale, etc.), **faites le 211**

Le Service 211 est un service gratuit d'information et de référence qui dirige rapidement les personnes vers des ressources communautaires. Des préposés spécialisés répondent aux appels, évaluent les besoins de l'appelant et le dirigent vers les services appropriés.

Ouvert 7 jours sur 7, du lundi au vendredi, de 8 h à 21 h, et la fin de semaine, de 8 h à 18 h.

Le Service 211 est aussi accessible via leur site Internet : www.211quebecregions.ca

Coopérative de
services à domicile
Beauce-Nord



Association québécoise
des retraité(e)s des secteurs
public et parapublic



CENTRE D'ASSISTANCE
ET D'ACCOMPAGNEMENT
aux plaintes
CHAUDIÈRE-APPALACHES



Table de concertation des aînés
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

Transport
Collectif
de Beauce

AQDR
Beauce-Etchemin



Lien Partage



Le Groupe
d'Accompagnement
Jonathan



Société Alzheimer
CHAUDIÈRE-APPALACHES
Une ressource à se souvenir...

Centre de santé et de services sociaux
Alphonse-Desjardins
Centre hospitalier affilié universitaire de Lévis



Maison
L'ODYSSÉE
Jeu • Alcool • Drogues



Le **Comité**
des usagers



ACEF
Appalaches • Beauce • Etchemin

Pair
Une présence rassurante !

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
Beauce-Etchemin