

Répertoire des services offerts aux aînés de la MRC de Papineau

L'Appui Outaouais

92, Boulevard Saint-Raymond
Gatineau (Québec) J8Y 1S7
Téléphone : 1 819 205 7705
Courriel : administration@lappuioutaouais.org

Services offerts:

Pour les proches aidants d'aînés

- Écouter, Informer, Référer

- **Ligne Info-Aidant : 1 855 852-7784**

Coop de santé du Nord Petite-Nation

75, rue Hôtel-de-Ville,
Chénéville (Québec) J0V 1E0
Téléphone : 819 508 2070

Services offerts :

- Clinique sans rendez-vous pour toute la population
- Prélèvements

Coop de solidarité en soins de Santé Thurso

156, Rue Galipeau
Thurso (Québec) J0X 3B0
Téléphone : 819 985 3080

Services offerts :

- Sutures, traitement à l'azote, pansements
- Suivi à domicile des patients référés par le CLSC
- Service de prélèvements sanguins avec frais les mercredis (contacter Martine au 819-918-6537)
- Suivi de maladies chroniques par l'infirmière GMF (haute pression, diabète, cholestérol)
- Services de nutrition
- Services psychosociaux

Ressources maltraitance

- CISSS Outaouais : Info-Social 811 option 2
- Sûreté du Québec : Téléphone : 819-427-6269
- Centre de justice de proximité
Téléphone : 819-600-4600 ou 1-844-606-4600
- Centre d'aide aux victimes d'acte criminels
CAVAC Outaouais : Téléphone : 819-778-3555
- Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles de l'Outaouais (CALAS)
Téléphone : 819-771-1773 ou 1-866-757-7757

● Ligne Aide Abus Aînés

1-888-489-ABUS (2287) ou 1-514-489-2287

Société Alzheimer de l'Outaouais

440, boulevard Maloney Ouest
Gatineau (Québec) J8P 6W2
Téléphone : 819 777 4232 Sans frais : 1 877 777 0888
Courriel : saoq@saoq.org

Services offerts :

- Consultation
- Centres de jour et de répit
- Répit-stimulation à domicile
- Répit intervalle
- Ateliers pour proche-aidant
- Groupes de soutien
- Formations et conférences
- Clinique de mémoire
- Activités de stimulation intellectuelle

CISSS Outaouais

Services offerts :

- Consultation avec une infirmière : **811 option 1**
- Aide à domicile
 - Soins infirmiers
 - Services psychosociaux
 - Réadaptation (physiothérapie et ergothérapie)
 - Services spécialisés (nutrition et inhalothérapie)
 - Médecins

811 option 2 ou 1-866-APPELLE

- Cueillette d'équipements
CLSC de Buckingham : 819 986 3359
de la Petite-Nation : 819 983 7341
- Centre de jour aux aînés aux CLSC de Buckingham et de la Petite-Nation
 - Activités cognitives
 - Activités physiques
 - Activités de promotion de la santé et prévention
 - Programme intégré d'équilibre dynamique
 - Sorties
 - Socialisation

811 option 2

- Hébergement pour personnes en perte d'autonomie
 - Ressources intermédiaires (RI) et de type familial (RTF)
 - Centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)

811 option 2

Centre Action Générations des Aînés de la Vallée-de-la-Lièvre

390, avenue de Buckingham – sous-sol
Gatineau (Québec) J8L 2G7
Téléphone : 819 281 4343
Courriel : directioncaga@videotron.ca

Services offerts :

- Cuisines partage et jardins communautaires
- Service de livraison de repas frais et congelés au domicile : **Bouf' Mobile**
- Accompagnement transport médicaux et thérapeutiques
- Travailleurs de milieu pour le dépistage des aînés vulnérables
- Visites d'amitié
- Aide technique aux formulaires et clinique d'impôts
- 2 groupes de soutien aux proches-aidants (Buckingham et Thurso)
- 1 groupe de soutien aux endeuillés
- Centre de documentation en français et en anglais

Activités offertes :

- Cafés rencontres : Fraternité (Thurso), Sourire (Buckingham) Soleil (Notre-Dame-de-la-Salette)
- Club de bridge, de fléchettes et de scrabble
- Ateliers santé sur une foule de sujets
- Matinées conférences
- Ateliers brico et découverte
- Ateliers informatiques
- Tricote et placote
- Événements spéciaux (activités de reconnaissance des bénévoles, semaine des proches-aidants etc.)
- Muscler vos méninges
- Cours de danse et de remise en forme

Comité Régional troisième âge Papineau (CR3A)

134, rue Principale
Saint-André-Avellin (Québec) J0V 1W0
Téléphone : 819 983 1565
Courriel : cr3a1978@gmail.com

Services :

- Rencontres d'amitié
- Appels de courtoisie
- Visites d'amitié
- Soutien paperasse et clinique d'impôts
- Rappel de prise de médicaments
- Appareils de sécurité
- Carrefour d'informations Papineau
- Groupe de soutien aux proches-aidants
- Soutien et accompagnement

Coop des 1001 corvées

185, rue Henri-Bourassa
Papineauville (Québec) J0V 1R0
Téléphone : 819 427 5252
Courriel : coop1001@videotron.ca
Site Web : www.coopdes1001corvees.ca

Services offerts :

- Aide à la vie domestique :
 - entretien ménager des aires de vie quotidienne
 - préparation des repas
 - entretien de la literie et des vêtements
 - courses et approvisionnement
- Service de répit et d'assistance à la personne
- Service de soins et d'hygiène
- Service de supervision en milieu de vie

Centre de Justice de Proximité Outaouais

768, boul. St-Joseph, bureau 200
Gatineau (Québec) J8Y 4B8
Téléphone : 1 819 600 4600
Sans Frais : 1 844 606 4600
Courriel : outaouais@cjpqc.ca
www.justicedeproximite.qc.ca

Services offerts :

- Vous donner de l'information juridique pour vous aider à prendre des décisions éclairées et à mieux vous orienter dans le système de justice.
- Vous orienter vers un organisme ou une ressource externe qui pourra vous accompagner ou vous soutenir dans vos démarches.
- Mettre à votre disposition un ordinateur et un téléphone pour faciliter vos recherches et la préparation de documents juridiques.
- Vous fournir des dépliants, brochures et outils d'information en lien avec votre situation juridique.

Chambre de commerce de la Petite-Nation

185, rue Henri Bourassa
Papineauville (Québec) J0V 1R0
Téléphone : 819 427 8450
Courriel : direction.ccvpn@videotron.ca

Service offert :

Programme de mentorat de petites entreprises par des personnes retraitées.

Corporation des transports adapté et collectif de Papineau

266, rue Viger

C.P. 1037 Papineauville (Québec) J0V 1R0

Téléphone : 819 308 0788 (poste 3501)

sans frais 1 855 308 0788

Courriel : genevieve.lalande@ctacpapineau.com

Services offerts :

- Transport adapté : service de transport pour les personnes à mobilité réduite dont notamment les personnes ayant un handicap physique, auditif, intellectuel, psychologique ou en perte d'autonomie.
- Transport collectif : service de transport pour tous les citoyens de la MRC de Papineau selon les besoins.

FADOQ-Outaouais

5, rue Saint-Arthur

Gatineau (Québec) J8T 3C2

Téléphone : 1 819 777 5774

Sans frais 1 800 828 3344

Courriel : admin@fadoqoutaouais.qc.ca

Site web www.fadoq.ca/outaouais

Page Facebook : [Facebook.com/fadoqoutaouais](https://www.facebook.com/fadoqoutaouais)

Services offerts :

- Organisation d'activités physiques, sportives, culturelles et socio-éducatives à travers ses 16 clubs affiliés bien établis dans la région et aussi directement dans les locaux de FADOQ-Outaouais.
- Magazine Virage avec encart publicitaire de la Fadoq-Région Outaouais 2 fois par année distribué à l'ensemble de nos 23 000 membres.
- Infolettres mensuelles mais aussi des infolettres spéciales au besoin.
- Voyages de groupe en collaboration avec Groupe Voyages Québec.
- Plusieurs partenariats au profit de nos membres qui peuvent bénéficier de divers rabais.

La Plume – Atelier d'Éducation Populaire

149, rue Principale

Saint-André-Avellin (Québec) J0V 1W0

Téléphone : 819 516 1616

Courriel : aepalpha@videotron.ca

Services offerts :

- Cours de base et mise à niveau en français, mathématique, culture générale et initiation à l'informatique

Alliance Alimentaire Papineau

179, rue Principale

Saint-André-Avellin (Québec) J0V 1W0

Téléphone : 819 983 1714

Courriel : info@alliancealimentairepapineau.com

Services offerts :

- Ateliers 1000 jours pour savourer la vie
- Cuisines et jardins collectifs
- Ateliers de formation culinaires et horticoles pour adultes et enfants
- Popote roulante **Frigo Quiroule** repas préparés et livrés
- Traiteur social dont les profits sont réinvestis dans la popote roulante
- Plateaux de travail culinaires et horticoles en insertion sociale
- Graine-o-thèque (échange de semences)
- Groupes d'achats de denrées et de semences
- Plantation d'arbres fruitiers communautaires

Banque alimentaire de la Petite-Nation

1264, route 317

Ripon (Québec) J0V 1V0

Directrice générale : Julie Mercier

Téléphone : 819 983-3191

Pour dépannages : bapn.info@gmail.com

Direction : bapn.direction@gmail.com

Site web : bapn.ca

Facebook : [banquealimentairepetitenation](https://www.facebook.com/banquealimentairepetitenation)

Service offert :

- Dépannages alimentaires (réguliers et référés).

MRC de Papineau

Par l'entremise d'une entente de services conclue avec la Société d'habitation du Québec (SHQ), la MRC de Papineau assume la gestion, l'administration et l'exécution de programmes de subvention.

- Programme RénoRégion (PRR)
Ce programme s'adresse aux propriétaires-occupants d'une résidence dont la valeur uniformisée est de 115 000\$ et moins et ayant des déficiences majeures.
- Programme d'adaptation de domicile (PAD)
Ce programme offre une aide financière aux personnes handicapées afin qu'elles puissent améliorer l'accessibilité de leur logement et l'adapter à leurs besoins.

Renseignements :

François Rieux

Inspecteur accrédité, Société d'habitation du Québec
819-308-3222



Table de concertation
Aînés Papineau

Résidences

Château St-André

20, rue du Ruisseau, Saint-André-Avellin
(Québec) J0V 1W0
Téléphone : 819 983 1819
Courriel : paul@chateausaintandre.ca

Domaine du Bel Âge

2, rue Dufferin, Thurso (Québec) J0X 3B0
Téléphone : 819 985 3566
Courriel : domainelebelage@hotmail.com

La Clef des champs

1190, côte du Front, Montebello (Québec) J0V 1L0
Téléphone : 819 309 3300
Courriel : ericgdesrosiers@outlook.fr

La Mère Poule

30, rue Maillé, Chénéville (Québec) J0V 1E0
Téléphone : 819 428 1529
residencelamerepoule@hotmail.com

La résidence des deux cousines

115, rue Galipeau, Thurso (Québec) J0X 3B0
Téléphone : 819 707 0709
Courriel : laresidencedes2cousines@videotron.ca

Maison Angélique

236, rue de la Montagne, Papineauville
(Québec) J0V 1R0
Téléphone : 819 427 6296
Courriel : residence@maisonangelique.com

Manoir Chéné

70, rue Hôtel-de-Ville, Chénéville (Québec) J0V 1E0
Téléphone : 819 428 1388
Courriel : daniel.pilon@live.ca

Manoir des Souvenirs

8, rue Bourgeois, Saint-André-Avellin
(Québec) J0V 1W0
Téléphone : 819 516 3500
Courriel : manoirdessouvenirs@hotmail.com

Résidences

Résidence de la Berge

2, rue Galipeau, Thurso (Québec) J0X 3B0
Téléphone : 819 985 0658
Courriel : johanneconnelly@videotron.ca

Résidence des aînés

74, 1^{ère} avenue, Plaisance (Québec) J0V 1S0
Téléphone : 819 427 5811

Résidence des Jardins

79, rue Boucher, Ripon (Québec) J0V 1V0
Téléphone : 819 983 3181
Courriel : dupuis.sd@hotmail.com

Résidence Fortier

263, rue St-Étienne, Montebello (Québec) J0V 1L0
Téléphone : 819 981 0507
Courriel : gINETTE.fortier007@gmail.com

Résidence Montebello

532, rue Notre-Dame, Montebello (Québec) J0V 1L0
Téléphone : 819 423 6673

Résidence St-André

4, rue Saint-André, Saint-André-Avellin
(Québec) J0V 1W0
Téléphone : 819 983 6727
Courriel : nataliebrazeau@videotron.ca

Office d'habitation de l'Outaouais

227, chemin de la Savane
Gatineau (Québec) J8T 1R5
Téléphone : 819 568 0033
Courriel : info@ohoutaouais.ca

Service offert :

- Service d'aide à la recherche de logement (SARL)
819 568 AIDE (2433) sarl@live.ca