Répertoire

des services pour personnes aînées

MRC de Montmagny-L'Islet

Québec

Présentation

Les partenaires de la Table de concertation des aînés de Montmagny et L'Islet sont fiers de vous offrir ce document de référence présentant les diverses ressources disponibles sur les territoires des deux MRC.

La Table est un regroupement d'organismes et d'organisations visant l'amélioration des conditions de vie des personnes aînées et de leurs proches.

Nous remercions tous les acteurs de la Table et plus spécifiquement aux organismes qui ont participé à la mise à jour et la rédaction du répertoire soit l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de Montmagny-L'Islet, le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de Chaudière-Appalaches, le Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet et le Centre intégré de santé et services sociaux de Chaudière-Appalaches.

Vous retrouverez sur la page couverture Mme Diane Sans-Façon et M. André Grégoire, bénévoles engagés dans leurs communautés depuis de nombreuses années dans les MRC de Montmagny et de L'Islet.

Table des matières par ordre alphabétique

1 866 APPELLE (Prévention du suicide) 3
211 13
Accès L'Islet ..... 11 et 15
Agence du revenu du Canada 7
Aide juridique Montmagny 8
Apprendre Autrement 10
Association de la fibromyalgie région Chaudière-Appalaches (AFRCA) 12
Association québécoise de défense des droits des retraités (AQDR) ..... 8, 12 et 16
Centre antipoison 3
Centre communautaire La Normandie 6
Centre d'action bénévole de Montmagny et de L'Islet (CABML) ..... 5, 11 et 18
Centre d'aide aux victimes d'acte criminel (CAVAC) 4
Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) 4
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) ..... 8 et 17
Centre local de services communautaires (CLSC) 3
Centre Yvon Mercier 9
Centre-Femmes La Jardilec ..... 6 et 9
Centres de jour 10
Cercle de l'Amitié de Cap-Saint-Ignace ..... 5 et 6
Comité des usagers Montmagny-L'Islet 9
Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse 8
Tel-Écoute Convergence 5
Coopérative de services à domicile de la MRC de Montmagny ..... 5, 10 et 21
Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud ..... 5, 10 et 20
Espace Finances 7
Fondation québécoise du cancer 13
Friperie La Frip à Monk 7
GRIS Chaudière-Appalaches 9
Groupe Alpha Montmagny 10
Guichet d'accès à la première ligne (GAP) 4
Hop! La vie! du Sud de L'Islet 12
Info-Santé 4
Info-Social 4
L'A-DROIT de Chaudière-Appalaches 5
L'ABC des Hauts Plateaux ..... 11 et 14

L'Autorité des marchés financiers 7
La Chaudronnée..... 6 et 19
La Maison La Frontière 7
L'Ancre 5
La Popote des Aulnaies 6
Le Curateur public du Québec 9
Le Havre des femmes..... 9
Les Amis de Panet 6
Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet..... 5
Le Trait d'Union 5
Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés (LAMAA)..... 4
Maison de la famille de la MRC de L'Islet..... 6
Mode sans Frontière..... 7
Office de la protection du consommateur..... 9
Parkinson Capitale-Nationale Chaudière-Appalaches (PCNCA)..... 12
Partage au Masculin..... 9
Popote roulante Montmagny (CABML)..... 6
Protecteur du citoyen 9
Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)..... 12
Réseau FADOQ 12
Réseau Viactive (CABML) 12
Retraite Québec 8
Revenu Québec..... 7
Sécurité de la vieillesse et régime pension Canada 8
Services de Soutien à domicile (SAD) 4
Services Québec 8
Société Alzheimer Chaudière-Appalaches ..... 10 et 22
Société canadienne du cancer 13
Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) 13
Société Saint-Vincent-de-Paul Ozanam de Montmagny..... 7
Soupe au bouton..... 6 et 7
SOS violence conjugale 3
Sûreté du Québec 3
Télé-Surveillance Santé Chaudière-Appalaches (TSS-CA)..... 13
Transport adapté collectif L'Islet-Sud ..... 11 et 24
Transport collectif et adapté de la MRC de Montmagny (TCA)..... 11 et 23
Tribunal administratif du logement 13
Urgence (pompier, police, ambulance)..... 3

Services d'urgence

1 866 APPELLE (prévention du suicide) **1 866 277-3553**

Le service de crise suicidaire est la porte d'entrée pour obtenir une aide immédiate, 24/7. En téléphonant au 1 866 APPELLE (1 866 277-3553), une personne suicidaire ou un proche obtiendra de l'aide d'un intervenant formé spécifiquement en intervention de crise suicidaire.

Centre antipoison **1 800 463-5060**

Le Centre antipoison du Québec répond à la population et aux professionnels de la santé qui font face à une situation urgente d'empoisonnement. Il offre un service téléphonique d'urgence, sans frais, 24/7.

SOS violence conjugale **1 800 363-9010**

SOS violence conjugale offre des services d'accueil, d'information, de sensibilisation et de référence. Les services directs sont offerts aux victimes de violence conjugale (actuelle ou passée), aux victimes de violence postséparation ainsi qu'à leurs proches. Ils sont accessibles via une ligne téléphonique de référence, disponible en tout temps, ainsi que par courriel, clavardage et texto.

Sûreté du Québec

MRC de L'Islet **418 598-3343**
MRC de Montmagny **418 248-3705**

Urgence (pompier, police, ambulance) **911**

Santé et services sociaux

Centre local de services communautaires (CLSC)

Un CLSC est un organisme public offrant des services de santé et services sociaux de première ligne. Les CLSC offrent des services et des programmes d'aide pour les familles, les adolescents, les personnes âgées et les adultes dans le besoin.

CLSC de Montmagny **418 248-0182**
CLSC de Saint-Fabien-de-Panet **418 249-2572**
CLSC de Saint-Jean-Port-Joli **418 598-3355**
CLSC de Saint-Pamphile **418 356-3393**

Info-Santé **811, option 1**

Info-Santé 811 est un service de consultation téléphonique confidentiel offert par des professionnels de la santé, pour vous ou un proche. Une infirmière ou un infirmier vous renseigne et vous conseille au sujet de toute préoccupation sur votre état de santé.

Info-Social **811, option 2**

Info-Social 811 est un service de consultation téléphonique confidentiel offert par des travailleurs sociaux qualifiés, pour vous ou un proche. Ils vous aident à faire le point si vous cherchez des réponses fiables et appropriées dans une situation difficile.

Guichet d'accès à la première ligne (GAP) **811, option 3**

Service qui permet aux personnes sans médecin de famille d'obtenir un rendez-vous médical ou un service de santé.

Services de Soutien à domicile (SAD)

Les services de soutien à domiciles pour les personnes aînées sont offerts à votre CLSC. Le soutien offert peut prendre la forme de visites à domicile, de services médicaux, de soins infirmiers, de physiothérapie ou d'ergothérapie, de service social et d'aide familiale. Pour faire une demande de soutien à domicile, si vous ne recevez pas de service du CLSC : communiquez avec le 811 option 2. Si vous recevez déjà des services du CLSC communiquez avec votre intervenant pour en discuter.

Aide aux victimes

Centre d'aide aux victimes d'acte criminel (CAVAC) **1 866 532-2822**

Les CAVAC offrent des services de première ligne à toute personne victime d'un acte criminel et à ses proches, ainsi qu'aux témoins d'un acte criminel.

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel Rive-Sud (CALACS) **1 866 835-8342**

CALACS Rive-Sud se consacre aux femmes et aux adolescentes de 14 ans et plus qui ont vécu une forme d'agression sexuelle, récente ou passée. Il leur offre des services professionnels, confidentiels et gratuits afin qu'elles puissent libérer sainement leurs émotions, exprimer leurs besoins et reprendre leur vie en main. Pour faire une demande de soutien à domicile, si vous ne recevez pas de service du CLSC : communiquez avec le 811 option 2. Si vous recevez déjà des services du CLSC communiquez avec votre intervenant pour en discuter.

Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés (LAMAA) **1 888 489-2287**

La Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés est une ligne téléphonique provinciale d'écoute, de référence et d'accompagnement spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés et les adultes en situation de vulnérabilité.

Soutien à domicile

Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de l'Islet (CABML) **418 248-7242**

Pour plus d'informations, voir page 18

Cercle de l'amitié de Cap-Saint-Ignace **418 241-9512**

Organisme offrant des services de maintien à domicile aux personnes aînées et celles vivant avec un handicap léger.

Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud **418 598-7488**

Pour plus d'informations, voir page 20

Coopérative de services à domicile de la MRC de Montmagny **418 248-2433**

Pour plus d'informations, voir page 21

Santé mentale

Tel-Écoute Convergence **418 838-4095 ou 1 877 559-4095**

Tel-Écoute (24/7) est destiné à toute personne qui souffre de solitude, d'angoisse, de tristesse ou bien qui a tout simplement besoin de se confier : jeunes, adultes, personnes âgées.

L'Ancre **418 248-0068**

Services psychosociaux gratuits et confidentiels pour les proches de personnes vivant avec un trouble majeur de santé mentale qui ont pour but d'aider à mieux composer avec cette réalité et briser l'isolement.

Le Trait d'Union **418 248-4948**

Groupe d'entraide pour personne ayant une fragilité ou une problématique en santé mentale dans le territoire de la MRC de Montmagny. L'organisme les accompagne dans l'atteinte de leur plein pouvoir pour ainsi leur permettre de (re)trouver l'équilibre dans les différentes sphères de leur vie.

Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet **1 877 359-3348**

Groupe d'entraide qui vient en aide aux adultes vivant avec une problématique de santé mentale et offre de l'accompagnement dans leur démarche d'acquisition de compétences et d'habiletés dans la perspective d'une autonomie croissante.

L'A-DROIT de Chaudière-Appalaches **1 866 837-1113**

Promotion et défense des droits des personnes ayant ou ayant vécu un trouble de santé mentale.

Sécurité alimentaire

Cuisines collectives

Les cuisines collectives ont pour but de mettre en commun temps, argent et connaissances pour préparer des plats économiques et nutritifs.

MRC de L'Islet

Soupe au bouton **418 358-6001**

Centre-Femmes La Jardilec **418 598-9677**

Maison de la famille de la MRC de L'Islet ..... **418 356-3737, poste 104**

MRC de Montmagny

Centre communautaire La Normandie **418 248-3158**

Soupe au bouton **418 358-6001**

Popotes roulantes

Les services de popotes roulantes permettent à des personnes de se faire livrer un repas chaud, à leur domicile, par des bénévoles.

MRC de L'Islet

La Chaudronnée **418 598-3235**
(Saint-Jean-Port-Joli, L'Islet, Saint-Eugène et Saint-Cyrille)
Pour plus d'informations, voir page 19

La Popote des Aulnaies **418 291-6322**
(Saint-Roch et Sainte-Louise)

Maison de la famille de la MRC de L'Islet ..... **418 356-3737, poste 104**
(Sud de la MRC de L'Islet)

MRC de Montmagny

Popote roulante Montmagny (CABML) ..... **418 248-7242, poste 114**
(Ville de Montmagny)

Cercle de l'Amitié de Cap-Saint-Ignace **418 241-9512**

Les Amis de Panet **418 249-2941**
(Saint-Fabien-de-Panet)

Services de dépannage

MRC de L'Islet

Soupe au bouton **418 358-6001**
Dépannage alimentaire, Communo-Frigo et friperie De Fil en bouton

Maison de la famille de la MRC de L'Islet **418 598-2012**
Dépano meuble

Friperie La Frip à Monk **418 358-0648**
CDC ICI Montmagny-L'Islet

MRC de Montmagny

La Maison La Frontière **418 248-7133**
Dépannage alimentaire, Frigo-partage

Mode sans Frontière **418 248-9131**
Friperie, meubles et articles de seconde main

Société Saint-Vincent-de-Paul Ozanam de Montmagny **418 248-7178**
Friperie et articles de seconde main

Services de support financier

Agence du revenu du Canada **1 800 959-7383**
Agence du gouvernement fédéral chargée de mettre en œuvre le droit fiscal fédéral et de gérer certains programmes sociaux ou économiques appliqués par le système fiscal.

Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet (CABML) **418 248-7242**
Pour plus d'informations, voir page 20

Espace Finances **1 877 835-6633**
Organisme à but non lucratif d'aide, d'éducation et d'intervention dans les domaines du budget, de l'endettement et de la consommation. Les employés d'Espace Finances travaillent à défendre les droits des consommatrices et des consommateurs.

L'Autorité des marchés financiers **1 877 525-0337**
Organisme mandaté par le gouvernement du Québec pour encadrer les marchés financiers québécois et prêter assistance aux consommateurs de produits et services financiers.

Revenu Québec **418 659-6299**
Agence du gouvernement québécois chargée de la perception des impôts et des taxes.

Retraite Québec **1 800 463-5185**
Administre le Régime de rentes du Québec (RRQ), les régimes de retraite du secteur public et l'Allocation famille. Elle assure aussi l'encadrement des régimes complémentaires de retraite et des régimes volontaires d'épargne-retraite.

Services Québec **1 877 644-4545**
La porte d'entrée des services gouvernementaux incluant les services pour la solidarité sociale et d'aide à l'emploi, pour les citoyens et les entreprises sur tout le territoire.

Sécurité de la vieillesse et régime pension Canada **1 800 277-9915**
La pension de la Sécurité de la vieillesse (SV) est un paiement mensuel que vous pouvez obtenir si vous avez 65 ans et plus.

Défense des droits et des intérêts

Aide juridique Montmagny **418 248-3230**
Les centres communautaires juridiques ont pour fonction de fournir l'aide juridique. Certains services sont couverts financièrement et d'autres services peuvent l'être à certaines conditions.

Association québécoise de défense des droits des retraités (AQDR) **1 877 948-2333**
L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de Montmagny-L'Islet (AQDR) veille au mieux-être des personnes de 50 ans et plus. Elle porte la voix des aînés pour faire reconnaître leurs droits économiques, sociaux, culturels et politiques, tout en valorisant leur place dans la société.
Pour plus d'informations, voir page 16

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) **1 877 767-2227**
Le CAAP assiste et accompagne toute personne dans une démarche en vue de porter plainte auprès des établissements et des organismes du réseau public de la santé et des services sociaux. Il assiste et accompagne également les locataires en résidence privée pour aînés lors d'insatisfaction avec leur bail.
Pour plus d'informations, voir page 17

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse **1 800 361-6477**
La Commission assure la promotion et le respect des principes énoncés dans la Charte des droits et libertés de la personne, la Loi sur la protection de la jeunesse et la Loi sur l'accès à l'égalité en emploi dans des organismes publics.

Comité des usagers Montmagny-L'Islet **418 248-0639, poste 25728**
Le comité veille à renseigner, à défendre et à accompagner les usagers qui utilisent les services de l'Hôpital de Montmagny, des cinq CLSC et des six CHSLD de son territoire.

Le Curateur public du Québec **1 844 532-8728**
Le Curateur veille à la protection des personnes inaptes, à leur autonomie et au respect de leurs droits tout en soutenant leurs familles et leurs proches dans leurs fonctions.

Office de la protection du consommateur **1 888 672-2556**
L'Office intervient auprès des commerçants afin qu'ils respectent leurs obligations envers les consommateurs. Son action vise aussi à aider les consommateurs à faire des choix éclairés et à les informer de leurs droits, de leurs obligations et de leurs recours en cas de problème avec un commerçant.

Protecteur du citoyen **1 800 463-5070**
Le Protecteur du citoyen veille à prévenir et corriger le non-respect des droits, les abus, la négligence, l'inaction ou les erreurs commises à l'égard des personnes en contact avec un ministère, un organisme ou un établissement du réseau de la santé et des services sociaux.

Services spécialisés

Centre-Femmes La Jardilec **418 598-9677**
Centre offrant un lieu de rencontre, d'information, d'entraide, de réflexion et d'actions socialisantes auprès des femmes, tant individuellement que collectivement.

Centre Yvon Mercier **418 247-7600**
Organisme qui vient en aide aux hommes qui vivent des difficultés relationnelles sur le plan conjugal ou familial dans le but de prévenir la présence de comportements violents.

GRIS Chaudière-Appalaches **418 903-7878**
Le Groupe régional d'intervention sociale (GRIS) a comme mission de démystifier la diversité sexuelle et la pluralité de genres, ainsi que de prévenir les ITSS par la promotion d'une sexualité saine et responsable.

Le Havre des femmes **418 247-7622**
Maison d'aide et d'hébergement pour femmes et enfants victimes de violence conjugale.

Partage au Masculin **418 248-1212**
Organisme qui offre des services adaptés aux besoins d'écoute, d'aide et d'entraide pour les hommes âgés de plus de 18 ans.

Soutien aux proches aidants

Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet (CABML) **418 248-7242**

Pour plus d'informations, voir page 20

Centres de jour **418 248-2572, poste 26163**

Les centres de jour s'adressent aux personnes âgées en perte d'autonomie qui demeurent à domicile et souhaitent maintenir leurs capacités physiques et leurs habiletés sociales. Ils offrent, à un faible coût, le repas et un service de transport. L'équipe d'intervenants accueille, une fois par semaine, les personnes référées par les services de soutien à domicile du CLSC dans différents points de service de la région. De plus, ils contribuent à offrir une journée de répit aux proches aidants.

- Cap-Saint-Ignace
- Saint-Just-de-Bretenières
- CLSC de Saint-Jean-Port-Joli
- CLSC de Saint-Pamphile

Pour l'ensemble des centres de jour (boîte vocale seulement) : 418 248-2572, poste 26163

Coopérative de services à domicile de la MRC de Montmagny **418 248-2433**

Pour plus d'informations, voir page 21

Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud **418 598-7488**

Pour plus d'informations, voir page 22

Société Alzheimer Chaudière-Appalaches **1 888 387-1230**

Organisme qui a pour mission d'aider et d'accompagner les personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée et leurs proches.

Pour plus d'informations, voir page 22

Aide à l'apprentissage

Aînés Branchés (AQDR) **1 877 948-2333**

Pour plus d'informations, voir page 17

Apprendre Autrement **418 598-9780**

Offre de formation continue aux adultes éprouvant des difficultés en lecture, écriture et calcul.

Groupe Alpha Montmagny **418 241-5024**

L'organisme propose des activités pédagogiques et de formation continue aux adultes désireux de découvrir les nouvelles technologies, de maintenir leur éveil intellectuel et d'apprendre tout au long de leur vie pour mieux s'adapter aux changements.

L'ABC des Hauts Plateaux **1 888 214-3737**

L'organisme offre des ateliers pour prévenir l'analphabétisme ainsi que le décrochage scolaire et social en partenariat pour la réussite éducative. Accompagner la population de 0 à 100 ans dans l'amélioration de leurs conditions de vie.

Pour plus d'informations, voir page 14

Transport

Transport collectif et adapté

Le territoire est desservis par différents transporteurs permettant le transport à la demande pour que la population puisse se déplacer facilement selon ses besoins et sa mobilité.

MRC de L'Islet

Accès L'Islet **1 844 598-8950**

Transport collectif régional

Pour plus d'informations, voir page 25

Transport Adapté Collectif L'Islet-Sud **418 356-2116**

Pour plus d'informations, voir page 24

MRC de Montmagny

Transport collectif et adapté de la MRC de Montmagny **418 248-0445**

Pour plus d'informations, voir page 27

Transport accompagnement médical bénévole

Le service d'accompagnement médical consiste à ce qu'un bénévole accompagne toute personne ayant besoin de support physique, de réconfort ou de surveillance et qui ne peut trouver dans son entourage les ressources nécessaires pour lui rendre ce service.

Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et L'Islet **418 598-7488, poste 101**

Pour plus d'informations, voir page 18

Cercle de l'Amitié Cap-Saint-Ignace **418 598-7488**

Groupes sociaux et loisirs

Votre bureau municipal est une source privilégiée de renseignements concernant les activités, les loisirs et les sports offerts dans les environs. Le personnel pourra vous fournir les noms et les coordonnées, par exemple, du Club de l'Âge d'Or, du Cercle de Fermières, des Chevaliers de Colomb, de la Fabrique, des cafés culturels, du comité des loisirs, de la bibliothèque municipale ou de tout autre organisme culturel et social de votre secteur.

Association québécoise de défense des droits des retraités (AQDR) **1 877 948-2333**

Pour plus d'informations, voir page 17

Hop! La vie! du Sud de L'Islet **418 356-3903**

Organisme offrant des activités sociales divers visant l'amélioration de la qualité de vie des aînés et des personnes seules de 55 ans et plus dans le sud de la MRC de L'Islet.

Réseau FADOQ **1 800 828-3344**

Le Réseau FADOQ rassemble et représente les personnes âgées de 50 ans et plus dans le but de conserver et d'améliorer leur qualité de vie. Communiquez avec votre municipalité pour plus d'information sur votre FADOQ local.

Réseau Viactive (CABML) **418 248-7242**

Pour plus d'informations, voir page 18

Médiathèque L'Héritage de l'Islet-Sud **418-359-3689**

Organisme qui offre aux aînés un lieu de rencontre convivial où est proposée une variété d'activités culturelles, sociales, éducatives et intergénérationnelles.

Autres ressources spécialisées

Association de la fibromyalgie région Chaudière-Appalaches (AFRCA) **1 877 387-7379**

Soutenir et outiller les personnes et leurs proches vivant avec la fibromyalgie et des douleurs chroniques afin d'améliorer leur qualité de vie.

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) **1 800 561-9749**

Parkinson Capitale-Nationale Chaudière-Appalaches **1 877 527-0075**

Offre de soutien aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs proches aidants dans le but de maintenir ou d'améliorer leur qualité de vie. Services psychosociaux individuels, groupes de soutien et activités adaptées.

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) **1 800 361-7620**

Télé-Surveillance Santé Chaudière-Appalaches (TSS-CA) **418 625-3301**

L'organisme entend participer, depuis sa création, au maintien à domicile et dans la communauté des personnes en perte d'autonomie ou à risque sur le plan biopsychosocial dans la région Chaudière-Appalaches, et ce, par différents moyens favorisant le recouvrement, le maintien et l'amélioration de l'autonomie et de la santé.

Tribunal administratif du logement **1 800 683-2245**

Fondation québécoise du cancer **1 800 363-0063**

Société canadienne du cancer **1 888 939-3333**

211 **211**

Le 211 est un service gratuit d'information et de références qui dirige rapidement les personnes vers des ressources communautaires. Ouvert 7 jours sur 7, de 8 h à 21 h du lundi au vendredi, et de 8 h à 18 h la fin de semaine. Accessible également sur Internet au www.211quebecregions.ca

L'ABC des Hauts Plateaux

Organisme d'action communautaire autonome d'alphabétisation et de lutte au décrochage

La mission de L'ABC des Hauts Plateaux consiste à prévenir l'analphabétisme ainsi que le décrochage scolaire et social en partenariat pour la réussite éducative. L'organisme accompagne la population de 0 à 100 ans dans l'amélioration de leurs conditions de vie.

Activités pédagogiques

Alphabétisation

Cours informatique sur ordinateur, tablette et cellulaire

Francisation

Activités diversifiées

Lire et faire lire : lecture avec des jeunes de première année à l'école

En fonction du financement : Activités de groupe stimulantes, intergénérationnelles ou non : StimulAction, animations dans les RPA...

Travail de proximité

Travail de première ligne qui permet écoute, soutien et référencement. Chaque aîné est référé et accompagné vers les ressources du milieu

L'Islet-Sud : 418 356-3737, poste 112
Montmagny-Sud : 418 469-1311

info@abcsud.org **www.abcsud.com**

21, rue Principale, Saint-Pamphile, Qc, G0R 3X0
309 E, 4e Avenue, Saint-Paul-de-Montminy, Qc, G0R 3Y0

Accès L'Islet

Vous souhaitez vous déplacer dans la région? Faites appel à Accès L'Islet!

Le service de transport collectif Accès L'Islet vous permet de vous déplacer dans toute la MRC et les régions avoisinantes. Que ce soit pour un rendez-vous, une emplette ou des loisirs, nous vous aiderons à trouver la meilleure solution pour vos déplacements.

Transport interrégional

Permet aux citoyens de se déplacer dans la MRC et les régions voisines (La Pocatière et Montmagny). Les minibus circulent du lundi au vendredi selon un horaire fixe.

Transport adapté

Service porte-à-porte offert aux personnes à mobilité réduite admissibles. Aide du chauffeur à l'embarquement et au débarquement. Disponible sur réservation seulement.

Taxibus

Le Taxibus permet de voyager d'un arrêt à un autre dans la MRC, en taxi ou minibus partagé selon les besoins. Un service souple et pratique pour vos déplacements.

1 844 598-8950

info@acceslislet.com **www.acceslislet.com**

***Veuillez réserver votre transport au moins 24h à l'avance**

AQDR
Montmagny-L'Islet

L'Association québécoise de défense de droits des personnes retraitées et préretraitées se consacre à la défense des droits et au mieux-être des 50 ans et plus.

- Déjeuners-conférences et informations
- Aînés Branchés : ateliers numériques
- Série d'ateliers : Penser son chez soi pour demain
- Accompagnement et soutien individuel
- Ateliers informatifs sur l'âgisme, la bientraitance et autres enjeux
- Défense et représentation des droits des 50 ans et plus dans la société

418 247-0033
info@aqdrmontmagny.org www.aqdrmontmagny-lislet.org
160, boul. Taché Est, Montmagny (QC) G5V 4X8

Centre d'assistance & d'accompagnement aux plaintes
caap
Chaudière-Appalaches

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de Chaudière-Appalaches

Un suivi personnalisé pour vous soutenir dans une démarche reliée à une insatisfaction vécue dans le réseau de la santé et des services sociaux ou en résidence privée pour aînés.

Nous pouvons vous informer concernant :

- Vos droits en tant qu'usagers du RSSS
- Les soins et les services offerts par le RSSS
- Le régime d'examen des plaintes

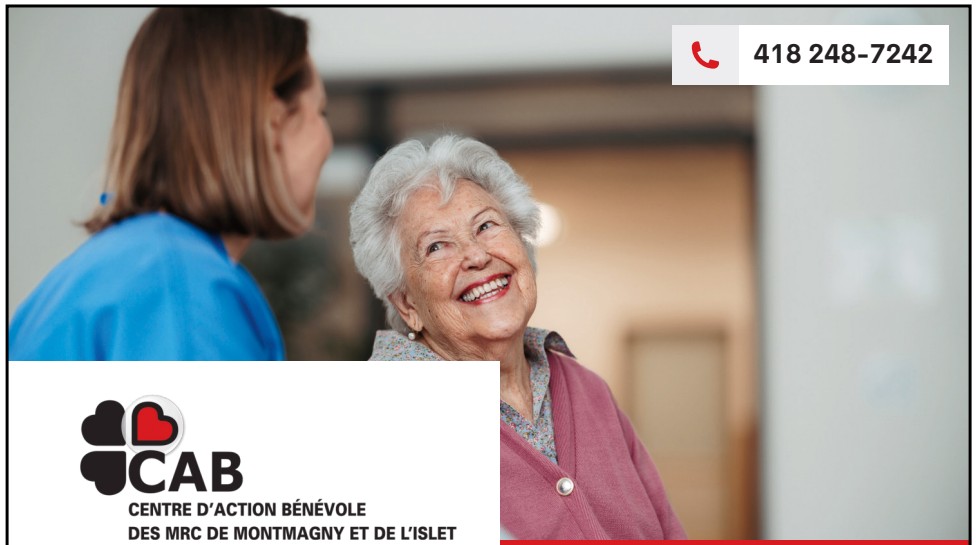
Vous offrir un accompagnement personnalisé

- Rédaction de plainte
- Recherche d'informations
- Réception des conclusions
- Plainte en 2e recours lorsque nécessaire
- Différents suivis

Vous aider à régler votre problème de bail en RPA

Informer, aider et accompagner dans la recherche d'une solution à votre problème de bail.

1 888 841-8414
info@caapca.ca www.caap.quebec
168, rue Notre-Dame N, no 200, Sainte-Marie (QC) G6E 3Z9



418 248-7242

CAB
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET

Le Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet contribue au maintien à domicile en offrant des services de soutien aux personnes ainées et à leurs proches.

- Accompagnement-transport aux rendez-vous médicaux, visites d'amitié, aide à l'impôt, popote roulante (Montmagny), ViActive
- Groupes de soutien : deuil, proches aidants et cancer
- Travailleurs de milieu et de proximité
- Intervenants sociocommunautaires et psychosociaux
- Développement et promotion de l'action bénévole

418 248-7242

info@cabml.ca www.cabml.ca

25, boul. Taché Ouest, local 101, Montmagny (QC) G5V 2Z9

La Chaudronnée

La chaudronnée
Votre popote roulante en soutien à domicile

Nous offrons une alimentation saine et variée aux personnes qui vivent des moments plus difficiles. Nous apportons non seulement une aide alimentaire, mais aussi une présence bienveillante qui agit comme une vigie rassurante autant pour les clients que pour leur famille.

Chaque repas comprend une soupe, un plat principal et un dessert

Personnes admissibles

- Personne en perte d'autonomie*;
- Personne en convalescence;
- Personne vivant avec un handicap;

Secteur	Fréquence
Saint-Jean-Port-Joli Saint-Aubert Saint-Damase	3 fois par semaine • Lundi • Mercredi • Vendredi
L'Islet (incluant secteur St-Eugène) Saint-Cyrille-de-Lessard	2 fois par semaine • Mardi • Jeudi

418 598-3235

info@lcdba.onmicrosoft.com www.lachaudronnee.org

* Nos services sont admissibles au crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés de 70 ans et plus

Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud

Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud

Fière de soutenir sa communauté

La Coopérative de services à domicile L'Islet Nord-Sud est au service de la population de la MRC de L'Islet. Elle améliore la qualité de vie des gens de la région en leur offrant des services professionnels grâce à un personnel minutieux, discret et intègre.

Aide domestique

Services de ménage régulier, Grand ménage, Préparation de repas simples, Courses (épicerie)

Aide à la vie quotidienne

Assistance à l'hygiène, Aide à la personne

Répit

Répit aux proches aidants

418 598-7488

csd@lisletnordsud.com www.cooplisletns.com

598, route de l'Église, St-Jean-Port-Joli (QC) G0R 3G0

418 248-2433

Coopérative de services à domicile de la MRC DE MONTMAGNY

Que vous soyez retraité, proche aidant, en perte d'autonomie ou en résidence privée pour aînés, nous vous offrons des services à votre domicile.

- **Services d'aide à domicile**
  Entretien ménager, lessive, préparation de repas, accompagnement aux courses
- **Services d'assistance personnelle**
  Aide à l'hygiène corporelle et à l'habillement
- **Service de répit aux proches aidants**

418 248-2433

adm@coopsd.com www.coopsd.com

7, rue Saint-Jean-Baptiste Est, Montmagny (QC) G5V 1J6

1 888 387-1230, poste 1

Société Alzheimer

CHAUDIÈRE-APPALACHES

L'organisme offre de l'aide et du support aux personnes vivant avec un trouble neurocognitif, dont la maladie d'Alzheimer, ainsi qu'à leurs proches. Elle propose également un service de formation et de sensibilisation à la population.

- Écoute téléphonique
- Rencontres individuelles/familiales
- Ateliers et conférences
- Formations pour proche aidants
- Centre de documentation
- Groupes d'information et de soutien pour les proches aidants
- Centre de jour l'Essentiel : pour les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif au stade léger à modérer
- Temps de parole (groupe de soutien pour les personnes en début de maladie)

1 888 387-1230, poste 1

Info@alzheimerchap.qc.ca www.alzheimerchap.qc.ca

1494, rte. du Président Kennedy Nord, Ste-Marie (QC) G6E 3P1

Déplacements à domicile dans tout Chaudière-Appalaches

DU TRANSPORT *POUR TOUS*

TCA

TRANSPORT COLLECTIF ET ADAPTÉ DE LA MRC DE MONTMAGNY

TCA offre un service de transport pour tous, du lundi au vendredi, de 6 h à 17 h 30. Pour le travail, les loisirs, les études, les rendez-vous médicaux, appelez nos répartiteurs qui se feront un plaisir de vous informer sur nos trajets. À chaque jour de la semaine, nous parcourons l'ensemble du territoire de la MRC de Montmagny afin de contribuer à la mobilité pour tous les citoyens.

- ☑ Transport collectif
- ☑ Transport adapté
- ☑ Transport porte à porte
- ☑ Transport à la demande
- ☑ Autobus du bonheur
- ☑ Voyages spéciaux

418 248-0445, poste 1

serviceclientele@tcamontmagny.ca

www.tcamontmagny.ca

6, rue St-Jean-Baptiste Est, Montmagny (Québec) G5V 1J7

Transport Adapté Collectif L'Islet-Sud

Que ce soit pour du transport adapté, du transport collectif, nous répondrons avec professionnalisme à votre demande!

Transports adaptés

Un service porte-à-porte pour personnes à mobilité réduite, sur réservation, avec assistance à l'embarquement et au débarquement

Transports dans L'Islet-Sud

Trajets réguliers accessibles à tous, reliant les municipalités de L'Islet-Sud et facilitant les déplacements quotidiens

Transports régionaux

Déplacements vers des centres régionaux pour rendez-vous médicaux ou autres, sur réservation, pour les personnes admissibles

418 356-2116

info@transadaptelislet.ca www.transadaptelislet.ca

*Réservez votre transport avant 15h du lundi au vendredi

Pour le bien-être des aînés

211®

Gratuit et confidentiel

211quebecregions.ca

2-1-1

Clavardage en ligne

Le 2-1-1 vous dirige vers les ressources et services dont vous avez besoin.

- Aide alimentaire et matérielle
- Logement
- Services aux ainés
- Soutien aux nouveaux arrivants

Et bien plus !

Service d'interprète en 200 langues.

Ce projet est possible grâce au soutien financier de la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et services sociaux de Chaudière-Appalaches.

Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches

Québec

COM 2022-083, rév. 2025